ත්‍රිපිටකය ඇසුරින් සකස් කළ බුද්ධ දේශිතයේ මූලික කරුණු

බුද්ධ වචනය



ජර්මන් ජාතික ඤාණාතිලෝක හිමි

බුද්ධ වචනය

හෙවත්

චතුරාර්ය සත්‍යය

කර්තෘ :
ජර්මන් ජාතික ඤාණතිලෝක හිමි

අනුවාදක :
එස්. එෆ්. ද සිල්වා
(හිටපු අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ)

2508
1964

පෙරවදන

විද්‍යාත්මක දියුණුවෙන් ලැබුණු ආලෝකය ඔස්සේ ඇතැමෙකු භෞතික අභිවෘද්ධිය කරා ගමන් කරද්දී එයින් උද්දීපනය වුණු අන්තර්ඥානයක් ඇති බුද්ධිමතුන් සොයා ගියේ සංකීර්ණ වූ සංස්කාර ලෝකයෙන් මුදවන සුලු ආධ්‍යාත්මික ප්‍රබෝධයක් ය. බලකාමයෙන් මත් වූ ලෝකාධිපත්‍යය සියතට ගැනීමෙහි යුහුසුලු වූ ජනනායකයන් විසූ ඇමෙරිකාව, රුසියාව, බ්‍රිතාන්‍යය, ජර්මනිය, ප්‍රංශය වැනි රටවල බුදුදහම ලබා ඇති ව්‍යාප්තියත් සාර්ථකත්වයත් දෙස බලන විට මෙය පැහැදිලි වෙයි. ලෝක සාමය ගැන බලවත් ජාතිහු සාකච්ඡා කරති; ලියති. එහෙත්, ඒවා ක්‍රියාවිරහිත ය. වචනයේ පරිසමාප්ත අර්ථයෙන් ම සාමයක් විශ්වය තුළ ඇති කිරීමට නම් බලකඳවුරුවලට බෙදී ඇති නායකයන්ගේ කථා- වලට වඩා බුද්ධ වචනය පැතිරවීම හා ඒ පිළිබඳ අවධානය යොමු කරවීම වඩාත් ඵලදායී ය. ඒ අතින් බලන විට ජර්මන් ජාතික ඤාණාතිලෝක ස්ථවිරයන් වහන්සේගේ බුද්ධවචනය නොහොත් චතුරාර්ය සත්‍යය යන ග්‍රන්ථය බුදුදහම දැනගනු කැමති ඕනෑම පුද්ගලයෙකුට ප්‍රයෝජනවත් ප්‍රශස්ත නිර්මාණයක් බැව් කිව යුතු යි. බුදුදහම කුමක්දැයි ග්‍රන්ථ කර්තෘ ද වටහා ගෙන ඇති අතර පාඨකයාට ද ඒත්තු යන පරිද්දෙන් ග්‍රන්ථය සකසා තිබේ. නූගතා දෙව්ලෝ වැනුම්, පින්පල වැනුම් බුදුදහම ලෙස සලකයි. උගතා ආර්ය සත්‍ය සතරම නියම බුදුදහම ලෙස සලකයි. සත්ත්වයාත්, ලෝකයාත් පිළිබඳ සත්‍යය වූ විග්‍රහයක් එහි ගැබ් වී ඇති නිසා ය. ලොව ඇති සියලු වස්තූන් කෙබඳු විපරිණාමයකට ගොදුරු වූවත් යථෝක්ත සත්‍ය සතර වෙනස් නොවෙයි. සියලු බුදුවරයන්ගේ දෙසුම ද මෙයයි. එය අවබෝධයට මාවත වූ මධ්‍යම ප්‍රතිපදාවත්, එයට බාධා වන වෙනත් වෙනත් ධර්ම ගැන ද පැහැදිලි විස්තරයක් කර තිබීම වැදගත් ය.

> ''පුද්ගලයාගේ පැවැත්ම පමණක් නොව සකල ලෝකයේ ම පැවැත්ම යථාතත්ත්වයෙන් ගන්නා කල එය වනාහි පංචස්කන්ධය තුළ ම මුළුමනින් ම පවත්නා සදාකාලික විපරිණාම ධර්මයේ ක්‍රියා පද්ධතියක් පමණකි.'' (12 පිටුව)

කර්තෘතුමා අනාත්මධර්මය පහදන්නට කරන මෙම විවරණයෙන් තමා තුළ ඇති ධර්ම ඥානය මනා ලෙස පහදා දෙයි. ''මෙසේ රාගයාගේ නැති කිරීම ද්වේෂයාගේ නැති කිරීම අවිද්‍යාවගේ නැති කිරීම නිවන නම් වේ. (25 පිටුව) ඕනෑම කුඩා ළමයෙකුට වුවද තේරුම් ගත හැකි පරිදි නිර්වාණය තෝරා තිබීම ඉතා වැදගත් ය. සතිපට්ඨානය පිළිබඳ කරන ලද සුළු විස්තරයෙන් වුවද එකී භාවනාව ගැන සාමාන්‍ය අවබෝධයක් ලැබිය හැකි ය. බුදුදහම මුල සිට හදාරන ආධුනිකයෙකුට වුවද පියවරෙන් පියවර ක්‍රමානුකූලව හැදෑරිය හැකි පරිදි ඇමුණු මුතු දමක් පරිදි කරුණු සකස් කිරීම නිසා වැදගත් කෘතියක් බැව් කිව හැකි යි. මෙවැනි අමූල්‍ය ධර්ම ග්‍රන්ථයක් සිංහලයට පෙරළීමෙන් හිටපු අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ මහජන චීනයේ තානාපති ඇස්. එෆ් ද සිල්වා මැතිතුමන් විසින් කළේ මහඟු කාරියකි. එසේ ම බුදුදහම වෙනුවෙන් කවදත් ශ්‍රමයත්, ධනයත් කැපකළ ශ්‍රීමත් ආනන්ද සෝමගේ විරෝදාර මහතුන් විසින් මෙය මුද්‍රණය කරවාදීමෙන් කළ ක්‍රියාව උත්කෘෂ්ට වූවකි. ශුද්ධ පත්‍ර බැලීමෙන් උපකාර කළ ගරු තුඩාවේ ඤාණෝදය හිමියන් ද කෘතගුණ පූර්වකව සිහිපත් කරමි.

පණ්ඩිත හිපන්කන්දේ සෝමාලංකාර හිමි

මෙම ග්‍රන්ථය නොමිලේ බෙදා දීම සඳහා පමණයි. !

හැඳින්වීම

1. බුද්ධ යනු පදගතාර්ථය අනුව සියල්ල දත් තැනැත්තා යන අර්ථවත් වූ බටහිර ලෝකයේ බුද්ධාගම යන නමින් හැඳින්වෙන, විමුක්ති ධර්මය සොයා ගෙන ලෝකයට ප්‍රකාශ කළා වූ ගෝතම නම් ඉන්දීය මුනිවරයාණන් වහන්සේට දෙන ලද ගෞරව වාචී නාමයකි.

වර්තමාන නේපාලයේ සීමා භූමියේ පිහිටි රාජ්‍යයක් වූ ශාක්‍ය ජනපදය පාලනය කරන රජුගේ පුත්‍ර රත්නය වශයෙන් ක්‍රිස්තු පූර්ව 6 වැනි සියවසේ දී කපිල වස්තුවෙහි උන්වහන්සේ ඉපදුණ සේක. එතුමාගේ පෞද්ගලික නාමය සිද්ධාර්ථ වූ අතර, වංශ නාමය ගෝතම නම් විය. (සංස්කෘත ගෞතම) එතුමාගේ 29වෙනි වියෙහි දි තම රජ යසඉසුරුත් කුමාර ජීවිතයේ ශ්‍රී විභූතියත් අත්හැර දමා, තමා විසින් දුක් සහිත ලෝක-යක් යයි කලින් ම අවබෝධ කරගෙන සිටි දෙයින් මිදීමක් සෙවීම සඳහා අනගාරික තපස්වීවරයෙක් විය. නොයෙක් ධර්මාචාර්යවරයන් යටතේ ද නිස්ඵල වූ උග්‍ර තපසින් ද ගවේෂණයෙහි යෙදී අවුරුදු සයක් ගෙවා ඉනික්බිති ගයාවෙහි පිහිටි බෝධි වෘක්ෂයක් යට සම්බුද්ධත්වයට (සම්මා සම්බෝධියට) පැමිණි සේක. ඉන්පසු අවුරුදු පන්සාළිසක් තුළ අවිවේකී ව දේශනා කරමින් ද උගන්වමින් අවසාන වශයෙන් අසූවැනි වියෙහි දි ''ලෝකයාගේ සුබසිද්ධිය හා ආශීර්වාදය සඳහා පහළ වූ ද මූලාවෙන් තොරවූ ඒ මහා සත්ත්වයා'' කුසිනාරාවෙහි පිරිනිවන් පෑ සේක.

බුදුරජාණන් වහන්සේ වනාහි දෙවියෙකු නොවූ බ්‍රහ්මයෙකු නොවූ දෙවිකෙනෙකුගේ අවතාරයක් ද නොවූ; එහෙත්, මාගේ උත්සාහය හේතු කොට ගෙන කෙළවර මිදීමටත්, පිරිපුන් නුවණටත් පැමිණි දෙව්මිනිසුන් ගේ අද්විතීය ශාස්තෘවරයා වූ අතිශ්‍රේෂ්ඨ මනුෂ්‍යයෙකි. ඔහු ''ගැලවුම්කාර යාණන්'' වන්නේ තමා විසින් ගිය තමා විසින් පෙන්වා දෙන ලද මාර්ගය ඇත්ත වශයෙන් ම කෙළවරට අනුගමනය කිරීමෙන් මිනිසුන්ට ඔවුන් ගේ ම ගැලවීම සොයා ගන්නා ආකාරය පෙන්වා දෙන්නේ ය යන අර්ථය

විසින් පමණ ය. බුදුන්වහන්සේ විසින් සම්ප්‍රාප්ත කරගන්නා ලද බුද්ධිය හා කරුණාව යන දෙකෙන් යහපත් වූ පරිසමාප්ත මිශ්‍රණයෙහි උන්-වහන්සේ සාධාරණ වූ ද සදාකාලික වූ ද සම්පූර්ණ මනුෂ්‍යත්වයේ මූර්තිය ඇතුළත් කළ සේක.

2. ධර්මය යනු බුදුන්වහන්සේ විසින් සොයා ගෙන අවබෝධ කරන ලද ප්‍රකාශ කරන ලද අන්දමට මිදීම පිළිබඳ සම්පූර්ණ ඉගැන්වීමයි. ඒ ධර්මය ත්‍රිපිටකය නොහොත් (කූඩ තුණ) යන අර්ථවත් (1) භික්ෂු සංඝයා පිළිබඳ විනය නීති ඇතුළත් විනය පිටකය (2) චතුරාර්ය සත්‍යය දේශනාවට ඇතුළත් නොයෙකුත් දේශනා ධර්මකතා සංවාද ගාථා පාඨ ආදියෙන් යුක්ත, සූත්‍ර දේශනා අඩංගු සූත්‍රපිටකය (3) සූත්‍ර පිටකයේ ධර්ම කරුණු ක්‍රමවත් ලෙසත් න්‍යායාකාර ලෙසත් පිළියෙල කරන ලද ගැඹුරු ධර්මය ඇතුළත් අභිධර්ම පිටකය යන ධර්ම පුස්තකවල පැරණි පාළි භාෂාවෙන් ලියා ආරක්ෂා කරන ලද්දේ පැවැත එයි.

ධර්මය යනු අනාවරණ මාර්ගයක් නොව යථාතත්ත්වය පිළිබඳ වූ පැහැදිලි අවබෝධය ගොඩ නඟන ලද්දා වූ නිවන පිළිබඳ ඉගැන්වීමයි. ඒ වනාහි විපස්සනාව ලැබීමට හා ක්ලේශයන් මැඩීමට කරන ලද මිනිසාගේ ආරද්ධ වීර්යය නිසා ලබා ගත හැකි මිදීම හා ජීවිතය පිළිබඳ මූලික කරුණු ගැන වූ චතුරාර්ය සත්‍යය ඉගැන්වීම යි. ඉතා උදාර වූ එහෙත්, යථාර්ථවත් ආචාර විද්‍යා ක්‍රමයක් ද ජීවිතය පිළිබඳ තියුණු විග්‍රහයක් ද, ගැඹුරු දර්ශනයක් ද, සිත සංවර කර ගැනීමේ ක්‍රියාත්මක ක්‍රම ද, කොටින් කිවහොත් නිවන් මඟ සඳහා පෘථුල වූ ද, සම්පූර්ණ වූ ද, මඟ පෙන්වීමක් ධර්මයෙන් ලබා දෙන්නේ ය. සිතුවිලි හා පැවැත්ම පිළිබඳ නිශ්චල වූත් හානිකර වූත් අන්තද්වය ඉක්මවා යන විමුක්ති සහිත මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව පෙන්වා දීමෙන් ද හද තුළ හා සිත තුළ ඇතිවන අයිතිවාසිකම්වලට ධර්මය වනාහි එහි පණිවුඩය අගය කිරීමට හැකිවන තරම් වූ මුහුකුරා ගිය හෘදයන් හා සිත් ඇති තැන්වල නිරන්තරයෙන් ම සදාකාලිකව සැම දෙනාගේ ආදරය හා ගෞරවය දිනා ගන්නා දෙයක් වේ.

3. සංඝ යනු බුදුන්වහන්සේ විසින් ආරම්භ කරන ලද පදගතාර්ථය අනුව සමාජය නොහොත් සමූහය යන අර්ථවත් බුරුමය, සියම, ලංකාව, කාම්බෝජය සහ බෙංගාලයට අයත් චිතගොන් යන ප්‍රදේශයන්හි දැනුදු

මුල් ස්වරූපය නොබිඳී පවතින භික්ෂු ශාසනය යි. මේ භික්ෂු ශාසනය හා ජෛන භික්ෂු ශාසනය ලෝකයේ පැරණිතම ආරණ්‍ය භික්ෂු ශාසනයන් වේ. බුදුන් වහන්සේ දවස ප්‍රසිද්ධියටපත්ව සිටි ශ්‍රාවකයන් වහන්සේලා අතර, ගැඹුරු ධර්ම ඥානය පිළිබඳ ව බුදුන් වහන්සේට පමණක් දෙවැනි වූ ශාරිපුත්ත මහරහතන් වහන්සේ ද, සෘද්ධිප්‍රාතිහාර්යයෙහි අගතැන්පත් මුගලන් මහරහතන් වහන්සේ ද, බුදුන් වහන්සේගේ ප්‍රධාන උපස්ථායක සහ උන්වහන්සේ ළඟින් ම නිතර ම ආශ්‍රය කළ තැනැත්තා වූ ආනන්ද තෙරුන්වහන්සේ ද බුද්ධ පරිනිර්වාණයත් සමඟම වූ රජගහනුවර පැවති ධර්ම සංගායනාවේ මුලසුන දැරූ මහා කාශ්‍යප මහරහතන් වහන්සේ ද නිවැරදි සිහිය සහ දිවැස් ඇත්තාවුන් අතර අග්‍රයයි සලකනු ලැබූ අනුරුද්ධ මහරහතන් වහන්සේ ද බුදුන්වහන්සේගේ ම පුත්‍ර රාහුල තෙරුන් වහන්සේ ද වූහ.

සංඝයා වූ කලී ලෞකික වූ ඇලීම්වලින් බාධා නොවූ උත්කෘෂ්ට වූ නිවන සාදා ගැනීම සඳහා තම ජීවිතය මුළුමනින් ම නිරත කිරීමට දැඩි ලෙස කැමති සැමදෙනට අවශ්‍ය බාහිර මූලිකාංග හා සුදුසු වාතාවරණය සපයා දෙති. එබැවින් ආගමික වර්ධනය මුහුකුරා ගිය තැන්වල දී සංඝයා සර්ව සාධාරණ වූ ද සදාකාලික වූ ද විශිෂ්ටත්වයක් උසුලන්නාහ.

ත්‍රිවිධ සරණය

බුද්ධ ධම්ම හා සංඝ යනු ත්‍රිවිධ රත්න යයි කියනු ලබන්නේ එහි ඇති අසාධාරණ වූ පාරිශුද්ධය නිසා ද බෞද්ධයාට ලෝකයේ ම ඇති ඉතාම අනගි මාණික්‍ය නිසා ද වේ. මේ ත්‍රිවිධ රත්නය ද බෞද්ධයාගේ වචනවලින් කියතොත් තිසරණයට ඇතුළත් වේ. එයින් ඔහුගේ ජීවිතය හා සිතුවිලි හැඩගස්වන මාර්ගෝපදේශකත්වය හැටියට ද සලකනු ලබන බව මැනවින් ඔප්පු කරනු ලැබේ. සරණාගමනය දැනුදු බුදුන්වහන්සේ දවස මෙනි.

බුද්ධං සරණං ගච්ඡාමි
ධම්මං සරණං ගච්ඡාමි
සංඝං සරණං ගච්ඡාමි

මම බුදුන් සරණ යමි
මම ධර්මය සරණ යමි
මම සංඝයා සරණ යමි

මෙම පාඨය තුන් විටක් * කීමෙන් යමෙක් බෞද්ධයෙකු වශයෙන් ප්‍රකාශ වේ.

පංච ශීලය

තිසරණයෙන් පසු පන්සිල් ගැනීම සාමාන්‍ය පිළිවෙළ යි. මෙම සිල්පද සමාදන් වීම යහපත් ජීවිතයක පදනම වශයෙන් ද විමුක්තිය කරා දියුණු වීමට අඩුම ප්‍රමාණය වශයෙන් ද සැලකේ.

1. පාණාතිපාතා වේරමණී සික්ඛාපදං සමාදියාමි
   සතුන් මැරීමෙන් වැළකීම නම් වූ ශික්ෂාපදය සමාදන් වෙමි.

2. අදින්නාදානා වේරමණී සික්ඛාපදං සමාදියාමි
   සොරකම් කිරීමෙන් වැළකීමේ ශික්ෂාපදය සමාදන් වෙමි.

3. කාමේසුමිච්ඡාචාරා වේරමණී සික්ඛාපදං සමාදියාමි
කාමයන්හි වරදවා හැසිරීමෙන් වැළකීමේ ශික්ෂාපදය සමාදන් වෙමි.

4. මුසාවාදා වේරමණී සික්ඛාපදං සමාදියාමි
බොරු කීමෙන් වැළකීමේ ශික්ෂාපදය සමාදන් වෙමි.

5. සුරාමේරය මජ්ජපමා දට්ඨානා වේරමණී සික්ඛාපදං සමාදියාමි
මත්පැන් පානය කිරීමෙන් වැළකීමේ ශික්ෂාපදය සමාදන් වෙමි.

බුද්ධ වචනය
හෙවත්
චතුරාර්ය සත්‍යය

සර්වඥ වූ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ මෙසේ වදාළ සේක. උතුම් වූ සත්‍ය කරුණු සතර නොදැනීම නිසා මෙසේ මේ බොහෝ වූ දිගු කලක් මා විසිනුත් තොප විසිනුත් ඇවිදින ලද්දේ ය; සැරිසරන ලද්දේ ය. ඒ කවර නම් සතරක් ද යත්, දුක්ඛ නොහොත් දුක් ආර්ය සත්‍යය, දුක්ඛ සමුදය නොහොත් දුක් ඉපදීමට හේතු වන උතුම් සත්‍යය, දුක් නැති කිරීම නම් වූ උතුම් සත්‍යය, දුක් නැති කිරීමේ මාර්ගය නම් වූ උතුම් සත්‍යය යි.

මට යම්තාක් කල් මේ චතුරාර්ය සත්‍යයෙහි යථා භූතඥාන දර්ශනය පිරිසිදු නොවී ද, ඒ තාක් කල් මම දෙවියන් සහිත වූ බඹුන් සහිත වූ සත්ත්ව ලෝකයෙහි ද, මහණ බඹුන් සහිත වූ දෙව් මිනිසුන් සහිත ප්‍රජාව අතරෙහි ද, අනුත්තර වූ සම්මා සම්බුද්ධත්වය අවබෝධ කළෙමියි ප්‍රතිඥා නොකළෙමි. මට වනාහි මේ චතුරාර්ය සත්‍යයන්හි යථාභූත ඥාන දර්ශනය මනාව පිරිසිදු වූයේ ද එකල්හි දෙවියන් සහිත බඹුන් සහිත ලෝකයෙහි ද, මහණ බඹුන් ඇතුළු දෙව් මිනිසුන් සහිත වූ ප්‍රජාවෙහි ද අනුත්තර වූ සම්මා සම්බුද්ධත්වය අවබෝධ කළෙමි'යි ප්‍රතිඥා කෙළෙමි.

ඉනික්බිති මට මෙසේ අදහස් විය. මා විසින් අවබෝධ කර ගන්නා ලද මේ ධර්මය ගැඹුරු ය; දැකීම දුෂ්කර ය; අවබෝධ කර ගැනීම අමාරු ය; ශාන්ත ය; ප්‍රණීත ය; තර්කයෙන් බැසගත නොහැකි ය; සියුම් ය. පණ්ඩිතයන් විසින් දතයුතු ය. මේ සත්ත්ව ප්‍රජාව පංච කාමයෙහි ඇලී සතුටුවන්නී ය. පංචකාමයෙහි ආශා ඇත්තී ය. පංච කාමයෙහි සතුටු වූවා ය. මෙසේ පංචකාමයෙහි ඇලී සතුටු වන්නා වූ ආශා කරන්නා වූ මේ සත්ත්ව සමූහයා විසින් මේ හේතුවෙන් මේ ඵලය ඇතිවන්නේය යන පටිච්චසමුප්පාදය දැක ගැනීම අපහසු ය. සියලු සංස්කාරයන්ගේ සංසිඳීමට හේතු වූ, සියලු උපදීන්ගෙන් මිදීමට හේතු වූ, තෘෂ්ණාව නැතිවීමට හේතු

වූ, කෙලෙස් පහ කිරීමට හේතු වූ, සියලු දුක් නැති කිරීමට හේතු වූ යම් ඒ නිර්මාණයක් වේද යන මේ කාරණය දැක ගැනීම අපහසු ය. එහෙත් බුදු ඇසින් ලොව බලන්නා වූ මම ස්වල්ප වූ රාගාදි කෙලෙස් ඇත්තා වූ ද, තියුණු වූ ශ්‍රද්ධා ආදි ඉන්ද්‍රිය ඇත්තා වූ ද, පරලොව හා වරදෙහි භය දකිමින් වාසය කරන්නා වූ ද, පහසුවෙන් ධර්මය අවබෝධ කරවිය හැකි වූ ද සත්ත්වයන් දුටිමි. ඔවුහු මේ ධර්මය ඇසුවේ නම් වහාම අවබෝධ කරගන්නේ යයි දැන ගතිමි.

පළමුවන සත්‍යය
දුක්ඛ ආර්ය සත්‍යය

දුක්ඛ ආර්ය සත්‍යය නම් කවරේද? ඉපදීම දුක ය. මහලුවීම ද (දිරීම ද) දුක ය; රෝගය ද දුක ය; මරණය ද දුක ය; ශෝක කිරීම ය; වැළපීම ය; කයෙහි දුක ය; සිතෙහි දුක ය; ශෝක කිරීමෙන් වන වෙහෙස ය, යන මොවුහු දුක් වන්නාහු ය. අකමැති දෙය හා එක්වීම ද, කැමති දෙයින් වෙන්වීම ද, කැමති දෙයක් නොලැබීම ද, දුක වන්නේ ය. කොටින් කියතොත් උපාදාන ස්කන්ධ පසම දුක් වන්නේ ය.

ජාතිය නම් කවරේ ද? ඒ ඒ සත්ත්ව වර්ගයන්ගේ ඒ ඒ සත්ත්ව වර්ගයන්හි ඉපදීමක් වේ ද, හටගැන්මක් වේ ද, උත්පත්තියට ඇතුළත්වීමක් වේ ද, ස්කන්ධයන්ගේ පහළ වීමක් වේ ද, ආයතනයන්ගේ ලැබීමක් වේ ද, මෝ තොමෝ ජාතියයි කියනු ලැබේ.

ජරාව නම් කවරේ ද? ඒ ඒ සත්ත්ව වර්ගයන්හි, ඒ ඒ සත්වයන්ගේ යම් ජරාවක් වේ ද, දිරන බවක් වේ ද?, පැසී සුදු වී කෙසේ ඇති බවක් වේ ද, හම රැලිවැටීමක් වේ ද, ආයුෂයාගේ පිරිහීමක් වේ ද? ඉන්ද්‍රියන්ගේ දිරීමක් වේ ද, මේ ජරාව යයි කියනු ලැබේ.

මරණය නම් කවරේ ද? ඒ ඒ සත්ත්ව වර්ගයන්හි ඒ ඒ සත්ත්වයන්ගේ චුතවීමක් වේ ද, වෙන් වීමක් වේ ද, බිඳීමක් වේ ද අතුරුදහන් වීමක් වේ ද, මිය යාමක් වේ ද, ස්කන්ධයන්ගේ බිඳීමක් වේ ද, ශරීරයාගේ බැහැර දැවීමක් වේ ද, මේ මරණයයි කියනු ලැබේ.

ශෝකය නම් කවරේදයත් යම් යම් විපතකින් යුක්ත වූ සත්ත්වයාගේ ද, යම් යම් දුකකට පත් වූ ස්කන්ධයාගේ ද ශෝකයක් වේ ද ශෝක කරන බවක් වේ ද, ශෝක කිරීමක් වේ ද, ඇතුළත වියළන ලද ස්වභාවයක් වේ ද, විශේෂයෙන් වියළන ස්වභාවයක් වේ ද මේ ශෝකයයි කියනු ලැබේ.

පරිදේවය යනු කුමක් ද? යම් යම් විපතකින් යුක්ත වූවහුගේ ද, යම් යම් දුකකට පත්වුවහුගේ ද, යම් වැළපීමක් වේ ද, විලාප කීමක් වේ ද, නම කිය කියා හැඬීමක් වේ ද, ගුණ කිය කියා හැඬීමක් වේ ද, යම් හැඬීම් බවක් වේ ද, යම් විලාප කීමක් වේ ද, මෙය පරිදේව යයි කියනු ලැබේ.

දුක නම් කවරේ ද? කයෙහි වූ යම් දුකක් ඇද්ද කයෙහි වූ යම් නොසැපක් වේ ද, කය ස්පර්ශයෙන් හට ගත්තා වූ දුකක් වේ ද? නොසැපවූ විඳීමක් වේ ද මේ දුක යයි කියනු ලැබේ.

දොම්නස නම් කවරේ ද? සිතෙහි හටගත්තා වූ යම් දුකක් වේ ද, සිතෙහි වූ යම් අමිහිරි බවක් වේ ද, සිතේ ස්පර්ශය නිසා හට ගත් යම් දුකක් වේ ද, සැප නොවූ යම් විඳීමක් වේ ද, මෙය දොම්නස යයි කියනු ලැබේ.

උපායාස නම් කවරේ ද? යම් යම් විපතකින් යුක්ත වූවහුගේ ද, යම් යම් දුකකින් යුක්ත වූවහුගේ ද, යම් දැඩි වෙහෙසක් ඇත්තේ ද, යම් ක්ලාන්ත වීමක් වේද, මේ උපායාස යයි කියනු ලැබේ.

කැමති වූ යම් දෙයක් නොලබා ද, ඒ දුක් වන්නේ ය. යනු කවරේ ද, ඉපදීම ස්වභාව කොට ඇති සත්ත්වයන්ට මෙබඳු කැමැත්තක් උපදී. (කෙසේද?) අහෝ අපි සසර උපදින ස්වභාව නැත්තෝ වෙමු නම් ඒකාන්ත-යෙන් ම සසරෙහි හට ගැන්ම අප වෙත නො එන්නේ නම් ඉතා හොඳ ය යනුවෙනි. මේ කාරණය කැමැත්තෙන්, ආශාවෙන් පැමිණිය හැක්කක් නොවේ. ආශා කරන යමක් නොලැබීම දුකකි. දිරීම් රෝගයන්ගෙන් පෙළෙන ස්වභාවය, මරණය, ශෝකයට පැමිණීමේ ස්වභාවය, වැළපීමට

පැමිණීමේ ස්වභාවය, දුකට පැමිණීමේ ස්වභාවය දොම්නසට පැමිණෙන ස්වභාවය, උපායාසයට පැමිණෙන ස්වභාවය, ඇති මේ සත්ත්වයන්ට මෙබඳු ආශාවක් උපදී. 'අහෝ අපි මේ දුක් ගොඩට පැමිණෙන ස්වභාව නැත්තෝ වෙමු නම් ඒකාන්තයෙන් ම අප වෙත මේවා නොඑන්නේ නම් ඉතා හොඳ ය.' කියා යි. මේ කාරණය අපේක්ෂා කිරීමෙන් ලබා ගත හැක්කක් නොවේ. මෙසේ ආශා කරන යමක් නොලැබීම දුකකි.

පංචස්කන්ධය

සංක්ෂේපයෙන් පංච උපාදාන ස්කන්ධයෝ නම් රූප වේදනා සංඥා සංස්කාර සහ විඥාන උපාදානස්කන්ධය යන මොහු යි.

අතීත වූ ද, අනාගත වූ ද, වර්තමාන වූ ද, තමා කෙරෙහි වූ හෝ පිටින් වූ හෝ, මහත් වූ හෝ සියුම් වූ හෝ, ලාමක වූ හෝ, ප්‍රණීත වූ හෝ, දුර වූ හෝ, ළඟ වූ හෝ, යම් කිසි රූපයක් වේද, වේදනාවක් වේ ද, සංඥාවක් වේ ද, සංස්කාර කෙනෙක් වෙත් ද, විඥානයක් වෙත් ද, මේවා පිළිවෙළින් රූපස්කන්ධය; වේදනාස්කන්ධය; සංඥා ස්කන්ධය; සංස්කාර ස්කන්ධය; විඥාන ස්කන්ධය නම් වේ.

මේ ස්කන්ධ වනාහි බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් විශේෂයෙන් පෘථග්ජන පුද්ගලයාට ඔහුගේ ආත්මය හෝ පුද්ගලිකත්වය යනුවෙන් පෙනෙන ජීවිත ප්‍රවෘත්තියේ ඇති කායික හා චෛතසික පද්ධතින් සමුදාය එක්තැන් කොට දක්වන පස්වැදෑරුම් බෙදීමකි. එබැවින් ඇත්ත වශයෙන් සකල ලෝකය ම අඩංගු වන මේ පංචස්කන්ධයන්ට ඉපදීම ජරාව හා මරණය ද ඇතුළත් වේ.

රූපස්කන්ධය

රූපස්කන්ධය නම් කවරේද? සතර මහා භූතයන් හා සතර මහා භූතයන්ගේ උපාදාය රූපයෝ ය.

සතර මහා භූතයෝ

සතර මහා භූතයෝ කවරහුද? පඨවි ධාතුව ද? (තද ගතිය), අපෝ ධාතුව ද (බැඳීම් ගතිය) තේජෝ ධාතුව ද (උෂ්ණ ගතිය) වායෝ ධාතුව ද (පිම්බෙන ගතිය) යන සතර යි.

බහුජන ව්‍යවහාරයේ පොළොව, ජලය, ගින්දර හා සුළඟ නමින් හැඳින්වෙන මහා භූත සතර හෙවත් මූල ධාතු ද්‍රව්‍යත්වයේ මූලික ස්වභාවය වශයෙන් අවබෝධ කර ගත යුතු ය. පඨවි ධාතු, ආපෝ ධාතු, තේජෝ ධාතු, වායෝ ධාතු වශයෙන් පාළියේ හැඳින්වෙන මේවා දෘඩි බව, ද්‍රව බව, උෟෂ්ණවත් බව හා වායු ස්පන්දනය යනුවෙන් අර්ථ දිය හැකි ය. සතරට වෙනස් වූ ශක්ති ප්‍රමාණයන්ට අනුව වුව ද සෑම ද්‍රව්‍යමය වස්තුවක අඩංගු වේ. උදාහරණයක් වශයෙන් ද්‍රව්‍යමය වස්තුවක පඨවි ධාතුව වැඩි වශයෙන් ඇත්නම් එය ඝනයක් යයි කියනු ලැබේ.

මූල ධාතුන් සතරෙන් ඇති වූ (උපාදාය රූප, උපාදා රූප) කායිකත්වය අභිධර්මයේ එන පරිදි පහත සඳහන් ද්‍රව්‍යමය පද්ධතින් විසිහතරෙන් හා එහි ස්වභාවයන්ගෙන් යුක්ත ය. ඇස, කණ, නහය, දිව, ශරීරය, රූප, ශබ්ද, ගඳ, රස, පුරුෂ භාවය, ස්ත්‍රී භාවය, ජීව රූපය, හෘදය රූපය, කාය විඤ්ඤත්තිය, වචී විඤ්ඤත්තිය, ආකාශ ධාතුව, ලහුතාදි රූප, මුදුතාදී රූප, කම්මඤ්ඤතා රූප, උපමය, සන්තති, ජරතා, අනිච්චතා, ආහාර රූපය ඒ විසි හතරයි. (B. Dict බලන්න.)

තද බව, ශිථිල බව, උෂ්ණත්වය, වේදනා ආදි ස්පර්ශය වශයෙන් දැනෙන ඝනත්වය, උෂ්ණත්වය හා වායුව පිළිබඳ මූල ධාතුන් හා සෑම අතින් සමාන වන බැවින් කායික ස්පෘෂ්ට වශයෙන් මේ විසි හතර අතර විශේෂයෙන් සඳහන් වී නැත.

1. පඨවි ධාතුව කවරේ ද? පඨවි ධාතුව ආධ්‍යාත්මික හෝ බාහිර හෝ වන්නී ය. ආධ්‍යාත්මික වූ පඨවි ධාතුව කවරේ ද? තමා තුළ වූ කර්මානුකූලව ඇති වූ කර්කශ වූ තද වූ කෙස් ය; ලොම් ය; නිය ය; දත් ය; සම ය; මස් ය; නහරය; ඇටය; ඇට මිඳුළුය; වකුගඩු ය; හෘදය; මාංශය ය; අක්මාව ය; දළඹුව ය; බඩ දිව ය; පපු මස ය; බඩ වැල ය;

නොපැසුණු අහර ය; පැසුණු අහර ය; යන මේවා ය. ආධ්‍යාත්මික වූ පඨවි ධාතුවය යි කියනු ලැබේ. යම් අධ්‍යාත්මික පඨවි ධාතුවක් වේද, බාහිර පඨවි ධාතුවක් වේද, මේ දෙක ම පඨවි ධාතුව මැයි, මේ දෙයාකාර පඨවි ධාතුව ම තත් වූ පරිද්දෙන් යහපත් විදර්ශනා නුවණින් දක මේ මාගේ නොවෙයි. මේ මම නොවෙමි. මේ මාගේ ආත්මය නොවෙයි. මෙසේ ඇති සැටියෙන් දැක පඨවි ධාතුව කෙරේ කළකිරෙයි.

2. අපෝ ධාතුව කවරේ ද? අපෝ ධාතුව ආධ්‍යාත්මික හෝ බාහිර හෝ වන්නී ය. අධ්‍යාත්මික වූ ආපෝ ධාතුව කවරේ ද? යමක් තමා තුළ පැවැත්නේ ද? තමා නිසා පැවැත්නේ ද? කර්මානුකූල ව ඇති වූ එක් ව පවත්වන්නා වූ දිය ගතිය ඇත්තා වූ ආපෝ ධාතුවක් වේ ද එනම් පිත ය, සෙම ය; සැරව ය; ලේ ය; ඩහදිය ය; මේදය ය; කඳුළු ය; මස් තෙල ය; කෙළ ය; සොටු ය; සඳ මිදුළු ය; මුත්‍ර ය; මෙයින් අන්‍ය වූ යමක් තමා තුළ බල පැවැත්වේ ද, තමා නිසා පැවැත්වේ ද, කර්මානුකූල ව ඇතිවූයේ ද, මේ සියල්ල ආධ්‍යාත්මික අපෝ ධාතුව යි. ආධ්‍යාත්මික ආපෝ ධාතුවක් වේ ද යම් බාහිර අපෝ ධාතුවක් වේ ද මේ දෙකම අපෝ ධාතුම ය, මේ ආපෝ ධාතුව මගේ නොවෙයි. මම නොවෙමි. මගේ ආත්මය නොවෙයි. තත් වූ පරිද්දෙන් යහපත් විදර්ශනා නුවණින් දැක අපෝ ධාතුව කෙරේ සංවේගයට පැමිණේ. අපෝ ධාතුව කෙරේ සිත නො අලවයි.

3. තේජෝ ධාතුව කවරේ ද? තේජෝ ධාතුව ආධ්‍යාත්මික හෝ බාහිර හෝ වන්නී ය. අධ්‍යාත්මික තේජෝ ධාතුව කවරේද? යමක් තමා තුළ පැවැත්තේ ද, තමා නිසා පැවැත්වේ ද ජීවිතය සමඟ පවත්වන්නා වූ කර්මානුකූලව ඇති වුණා වූ උණුසුම් ස්වභාව ලක්ෂණ වූ යම් තේජෝ ධාතුවක් වේද, එනම් කිපුණා වූ යමකින් (උණරෝග ආදියෙන්) තැවේද, යමකින් (මේ ශරීරය) දිරා ද, යමකින් දැවේද, යමකින් අනුභව කරන ලද, බොන ලද, කඩා කන ලද, රස විඳිනා ලද දේ හොඳින් පැසවීමට යේද, මේ ආධ්‍යාත්මික තේජෝ ධාතුව යි. යම් ආධ්‍යාත්මික තේජෝ ධාතුවක් වේද, බාහිර තේජෝ ධාතුවක් වේද, මේ දෙකම තේජෝ ධාතුම ය. මේ තේජෝ ධාතුව මගේ නොවෙයි; මම නොවෙමි. මගේ ආත්මය නොවෙයි. මෙසේ මෙය ඇති සැටියෙන් යහපත් විදර්ශනා නුවණින් දත යුතු ය. දැක තේජෝ ධාතුව කෙරේ සංවේගයට පැමිණ සිත නො අලවයි.

4. වායෝ ධාතුව කවරේද? වායෝ ධාතුව ආධ්‍යාත්මික හෝ බාහිර හෝ වන්නී ය. ආධ්‍යාත්මික වායෝ ධාතුව කවරේද? යම් වායෝ ධාතුවක් කර්මානුකූලව ඇති වී තමා තුළ පවත්නේද? එනම් උඩට නගින වාතය ද, පහළට බස්නා වාතය ද, බඩවැලෙන් පිටත පවත්නා වාතය ද, බඩවැල ඇතුළත පවත්නා වාතය ද, ශරීරයෙහි අවයව ක්‍රියා කරවන වාතය ද, ආශ්වාස වාතය ද, ප්‍රාශ්වාස වාතය ද, මෙයින් අන්‍ය වූ යම් වායුවක් තමා තුළ පවත්නේ ද මේ සියල්ල ආධ්‍යාත්මික වායෝ ධාතුව නම් වේ. යම් අධ්‍යාත්මික වායෝ ධාතුවක් වේද, යම් බාහිර වායෝ ධාතුවක් වේද, මේ දෙකම වායෝ ධාතුම ය. ඒ මේ වායෝ ධාතුව මගේ නොවෙයි. මම නොවෙමි. මගේ ආත්මය නොවෙයි. මෙසේ ඇති සැටියෙන් යහපත් විදර්ශනා නුවණින් දැක වායෝ ධාතුව කෙරේ සංවේගයට පැමිණෙයි. වායෝ ධාතුව කෙරේ සිත නො අලවයි.

යම් සේ දැවපත් බට යනාදියෙන් වට කරන ලද අවකාශ ස්ථානයට පැල යන නම ව්‍යවහාර කෙරේ ද, එමෙන් ම ඇට මස් ලේ නහර ආදියෙන් වට වූ දෙයට ශරීරයයි අපි ව්‍යවහාර කරමු.

වේදනාස්කන්ධය

වේදනා තුනකි. සැප, දුක්, උපේක්ෂා යන මේ තුනයි.

සංඥා ස්කන්ධය

සංඥා තොමෝ කවරේද? සංඥා සයෙකි රූප සංඥාව ය; ශබ්ද සංඥාව ය; ගන්ධ සංඥාව ය; රස සංඥාව ය; පොට්ටබ්බ සංඥාව ය; ධර්ම සංඥාව ය යනුයි.

සංස්කාර ස්කන්ධය

සංස්කාරයෝ කවරහුද? මේ චේතනා සයෙකි. රූප චේතනා ය; ශබ්ද චේතනා ය; ගන්ධ චේතනා ය; රස චේතනා ය; පොට්ටබ්බ චේතනා ය; ධම්ම චේතනා ය, මේවා සංස්කාරයෝ යයි කියනු ලැබේ.

සංස්කාර ස්කන්ධය වනාහි වේදනා හා සංඥාවලට අතිරේක වශයෙන් එක් චිත්ත ක්ෂණයක දක්නට ලැබෙන නොයෙක් ක්‍රියාකාරිත්වයන් නොහොත් මනෝ ක්‍රියා අංශයන් හැඳින්වීමට දෙන ලද සමුදයාර්ථවත් පදයකි. අභිධර්මයේ සංස්කාරයෝ පනසක් හඳුන්වා දී ඇත. ඉන් හතක් සර්ව සාධාරණ සංස්කාරයෝ වෙති. විඥාන ස්කන්ධ මාර්ගයේ ලක්ෂණයන්ට අනුව ඉතිරි සංස්කාර ස්කන්ධයන්ගේ සංඛ්‍යාව නිර්මාණය වෙනස් වේ. (B. Dict යෙහි චක්‍රය බලන්න.) සම්‍යදෘෂ්ටිය (ම.9) පිළිබඳ කරන ලද දේශනාවෙහි සංස්කාර ස්කන්ධයෙහි චේතනා ස්පර්ශ හා මානසිකාකාර වශයෙන් ප්‍රධාන ලක්ෂණ 03ක් ගැන සඳහන් වේ. මේවා අතුරින් ද ප්‍රධාන සංස්කාර අංගය වූ චේතනාව විශේෂයෙන් ම සංස්කාර ස්කන්ධයකට අයත් ලක්ෂණයක් වේ. එබැවින් ඉහත සඳහන් ඡේදයෙහි සංස්කාරය පැහැදිලි කිරීමට උපස්තම්භක වේ.

සංස්කාරය යන පදයෙහි ඇති වෙනත් අවස්ථා සඳහා (B. Dict බලන්න.)

විඥාන ස්කන්ධය

විඥානය කවරේද? විඥාන සයක් වෙත්. චක්ෂු විඥානය, ශ්‍රෝත විඥානය, ඝ්‍රාණ විඥානය, ජිව්හා විඥානය, කාය විඥානය, මනෝ විඥානය යන මේ සයයි.

පටිච්ච සමුප්පාද විඥානය

යම් හෙයකින් ආධ්‍යාත්මික වූ චක්ෂු ප්‍රසාදය නොබිඳුණේ වේද, බාහිර වූ රූප ඇස හමුවට පැමිණෙත් ද, ඊට අනුකූල වූ මෙනෙහි කිරීම් නැත්තේ වේද, ඒතාක් ඊට අනුකූල වූ මෙනෙහි කිරීම නැත්තේ වේ ද ඒ තාක් ඊට අනුරූප වූ විඥාන කොට්ඨාසයාගේ පහළවීම නොවෙයි. යම් හෙයකින් ආධ්‍යාත්මික වූ චක්ෂු ප්‍රසාදය නොබිඳුණේ වේද, බාහිර වූ රූපයෝ ඉදිරියට පැමිණෙත් ද, ඊට අනුකූල වූ මෙනෙහි කිරීම් නැත්තේ වේ ද, ඒතාක් ඊට අනුරූප වූ විඥාන කොට්ඨාසයාගේ පහළවීම නොවෙයි. යම් හෙයකින් ආධ්‍යාත්මික වූ චක්ෂු ප්‍රසාදය නොබිඳුණේ වේද බාහිර වූ

රූපයෝ ඇස හමුවට පැමිණෙත් ද ඊට අනුකූලව මෙනෙහි කිරීම් ඇත්තේ වේද ඒතාක් ඊට අනුකූල වූ විඥාන කොට්ඨාසයාගේ පහළ වීම වෙයි. තොපට මා විසින් නොයෙක් ක්‍රමයෙන් විඥානය ප්‍රත්‍යයෙන් උපන්නේ යයි ද, ප්‍රත්‍යයෙන් තොරව විඥානයාගේ හට ගැන්මක් නැතැයි ද කියන ලදි. යම් ප්‍රත්‍යයක් නිසා විඥානය උපදී ද, ඒ ඒ ප්‍රත්‍යයාගේ නාමයෙන් ම ඒ විඥානය ව්‍යවහාරයට යයි ඇස හා රූප නිසා යම් විඥානයක් උපදී ද එය චක්ෂු විඥානය යි ව්‍යවහාරයට යයි. ශ්‍රෝතය (කණ) හා ශබ්ද නිසා යම් විඥානයක් උපදී ද එය ශ්‍රෝත විඥානය යි. ව්‍යවහාරයට එයි. ඝ්‍රාණය (නාසය) හා ගඳ නිසා යම් විඥානයක් උපදීද එය ඝ්‍රාණ විඥානය යි. ව්‍යවහාරයට එයි. දිව හා රස නිසා යම් විඥානයක් උපදී ද එය ජිව්හා විංඥානයයි ව්‍යවහාරයට එයි. කය හා ස්පර්ශ නිසා යම් විඥානයක් උපදී ද එය කාය විඥානය යි ව්‍යවහාරයට යයි මනස හා ධර්ම නිසා යම් විඥානයක් උපදී ද එය මනෝ විඥානය යි ව්‍යවහාරයට යයි. ඒ විඥානය නිසා ඇති වූ යම්කිසි රූපයක් වේ ද ඒ රූප උපාදාන ස්කන්ධයෙහි ඇතුළත් වේ. ඒ නිසා ඇති වූ යම් වේදනාවක් වේ ද, ඒ වේදනා උපාදානස්කන්ධයෙහි ඇතුළත් වේ. ඒ නිසා ඇති වූ යම් සංඥාවක් වේද, එය සංඥා උපාදානස්කන්ධයේ ඇතුළත් වේ. ඒ නිසා ඇති වූ යම් සංකාර කෙනෙක් වෙත් ද එය සංස්කාර උපාදානස්කන්ධයෙහි ඇතුළත් වේ. ඒ නිසා ඇති වූ යම් මනෝ විඥානයක් වේ ද ඒ විංඥාන උපාදාන ස්කන්ධයෙහි ඇතුළත් වේ.

විඥාන ස්කන්ධ ඉතිරි ස්කන්ධ සතර හේතු කොට ගෙන පවත්නා බව රූප වේදනා සංඥා සංස්කාරයන්ගේ සම්බන්ධයක් නොමැතිව විඥානයාගේ පැවැත්ම වැඩීම හා දියුණුව හෝ එක් භවයකින් චුත වීම හෝ වෙනත් භවයකම ඇතුළු වීම හෝ විස්තර කිරීම නොහැකි ය.

ත්‍රිලක්ෂණය

සියලු සංස්කාරකයෝ අනිත්‍යයහ. සියලු සංස්කාරයෝ දුක ය. සියලු ධර්මයෝ අනාත්මයහ.

රූපය අනිත්‍ය ය. වේදනා අනිත්‍ය ය. සංඥා අනිත්‍ය ය. සංස්කාර අනිත්‍ය ය. විඥානය අනිත්‍ය ය. යමක් අනිත්‍ය ද එය දුක ය. යමක් දුක ද එය අනාත්ම ය. යමක් අනිත්‍ය ද දුක ද, අනාත්ම ද එය මාගේ යයි, එය මම යයි, එය මාගේ ආත්මය යි. යමෙකු විසින් කිව නොහැකි ය. මෙසේ මෙය තත් වූ පරිදි සම්‍ය ප්‍රඥාවෙන් දත යුතු යි. අතීත වූ හෝ වර්තමාන වූ හෝ අනාගත වූ හෝ ආධ්‍යාත්මික හෝ බාහිර වූ හෝ ගොරෝසු වූ හෝ සියුම් වූ හෝ හිත වූ හෝ උතුම් වූ හෝ දුර වූ හෝ නුදුරු වූ හෝ යම් කිසි රූපයක් වේ ද යම් කිසි වේදනාවක් වේ ද යම්කිසි සංඥාවක් වේ ද යම්කිසි සංස්කාරයක් වෙත් ද, යම්කිසි විඥානයක් වෙත් ද ඒ සියල්ල මාගේ නොවේ ය. මම නොවෙමි. මාගේ ආත්මය ද නොවෙයි. කියා තත් වූ පරිද්දෙන් මනා නුවණින් දත යුතු ය.

අනාත්ම ධර්මය

පුද්ගලයාගේ පැවැත්ම පමණක් නොව සකල ලෝකයේ ම පැවැත්ම යථාර්ථයෙන් ගන්නා කල එය වනාහි පංචස්කන්ධය තුළ ම මුළුමනින් ම පවත්නා සදාකාලික විපරිණාම ධර්මයේ ක්‍රියා පද්ධතියක් පමණකි. මේ ක්‍රියා පද්ධතිය කෙනෙකුගේ උත්පත්තියට පෙර අනාදිමත් කාලයක් තුළ සිදු වී ඇත. එමෙන් ම හේතු ප්‍රත්‍ය ඇති තෙක් එය කෙනෙකුගේ උත්පත්තියට පෙර අනාදිමත් කාලයක් තුළ සිදු වී ඇත. එමෙන් ම හේතු ප්‍රත්‍ය ඇති තෙක් එය කෙනෙකුගේ මරණින් පසුද අසීමිත කාල පරිච්ඡේදයක් තුළ දිගට ම සිදුවන්නේ ය. ඉහතින් සඳහන් පරිදි දේශනා පොත්වල කියන ලද පංචස්කන්ධය වෙන් වෙන් වශයෙන් හෝ සාමූහිකව හෝ ගත් කල ''මම'' යි කියා හෝ සත්ත්වයෙකු යයි කියා හෝ ගතහැකි කිසිවක් නොමැත. එසේ ම පළමු කී ස්කන්ධයක් හෝ බාහිරව ඒවා අයිති ''හිමිකරුවෙකු'' වශයෙන් කිසියම් සත්ත්වයෙකු හෝ කිසියම් ආත්මයක් හෝ කිසියම් ද්‍රව්‍යයක් හෝ නොමැත. වෙන වචන වලින් කිවහොත් පංචස්කන්ධය ආත්මය ද නොවේ. (අනත්තා) ආත්මයට ද අයිති ද නොවේ. (අනත්ත නියා) සියලු පවතින දෙයෙහිම අනිත්‍ය තාවය සහ හේතුවල නියාමය සලකා බලන කල්හි කෙබඳු වූ ආත්මයක් පිළිබඳ වූ විශ්වාසය මායාවක් ලෙස සැලකිය යුතු ය.

යම්සේ අප ''රථය'' යයි ගන්නා දේම වියදණ්ඩ, රෝද අඹරාව ආදියෙන් පිට පැවැත්මක් නැත්තා සේ ද, භූමි භාගයක් ආවරණය වන ලෙස එක්තරා ආකාරයකට රැස් කර තිබූ නොයෙක් ද්‍රව්‍ය සම්භාරයකට පහසුව සඳහා ''ගෘහය'' යන වචනය යෙදූ නමුත් ''ගෘහය'' යයි කීමට වෙන්ව ඇති යම් කිසි එක දෙයක් නැත්තා සේ ද අප ''සත්ත්වයා'' හෝ ''පුද්ගලයා'' හෝ ''කෙනෙක්'' හෝ ''මම'' යයි හෝ ගන්නා දේ නිතර වෙනස් වෙමින් පවතින නාමරූප ස්කන්ධ මිස ඇත්ත වශයෙන් පවතින්නක් නොවේ.

මේ වනාහි සංක්ෂේප වශයෙන් සෑම පැවැත්මක් ම මෙය වනාහි සදාකාලික ආත්මයකින් හෝ ද්‍රව්‍යයකින් හෝ තොර ශූන්‍ය දෙයකැ'යි උගන්වන, බුදුරජාණන් වහන්සේගේ අනාත්ම ධර්මය යි. මෙය වනාහි වෙනත් ආගමික ඉගැන්වීමක හෝ දර්ශන ක්‍රමයක හෝ දක්නට නොලැබෙන, මූලික බෞද්ධ ධර්මය යි. බුද්ධ ධර්මය නියම වශයෙන් තේරුම් ගැනීමට හා එහි පරමාර්ථය ඉටු කර ගැනීමට නම්, එය සංකල්පන වශයෙන් හා බුද්ධිමත් අන්දමින් පමණක් නොව සත්‍ය වූ අත්දැකීමට නිතරම සම්බන්ධ කරමින් අවබෝධ කර ගැනීම අවශ්‍ය ය. මෙහි ඇතුළත් පාඨකයන්ගෙන් ඉතාම අල්ප මාත්‍රයක් පමණක් දැක්විය හැකි, ස්කන්ධ ධර්මය මඟින් යථා ස්වභාවය මුළුමනින් ම විග්‍රහ කිරීමේ දී අනාත්ම ධර්මය අවශ්‍යයෙන් ම ලැබෙන ප්‍රතිඵලය වේ.

ස්කන්ධයන් පිළිබඳ විස්තරවත් පර්යේෂණ සඳහා බෞද්ධ ශබ්ද කෝෂය බලන්න.

යම්සේ වනාහි සරත් කාලයෙහි මහා වැසි පොද ඇති වැසි වසිනකල්හි දිය බුබුළු උපදී ද නැතිවේද ඇස් ඇති පුරුෂයෙකු තෙම ඒ දිය බුබුළු දන්නේ ද බලන්නේ ද නුවණින් නැවත නැවත පරීක්ෂා කරන්නේ ද පරීක්ෂා කරන්නා වූ ඒ පුරුෂයා හට ඒ දිය බුබුල හිස් වූවකැයි ශූන්‍ය වූවකැයි හර නැත්තේකැයිම වැටහෙන්නේ ය. එපරිද්දෙන් ම අතීත වූ හෝ අනාගත වූ හෝ වර්තමාන වූ හෝ දුර වූ හෝ ළඟා වූ හෝ යම්

රූපයක් වේ ද වේදනාවක් වේ ද; සංඥාවක් වේ ද; සංස්කාරයක් වේ ද; විඥානයක් වේ ද; ඒ සියල්ල දකී; බලයි. නුවණින් නැවත නැවත පරීක්ෂා කර බලයි. නුවණින් නැවත නැවත පරීක්ෂා කරන්නා වූ ඔහුට ඒ සියල්ල හිස් වූවක්මැ යි ශූන්‍ය වූවක් මැයි, අනාත්ම වූවක් මැයි වැටහෙන්නේ ය.

යමෙක් රූප, වේදනා, සංඥා, සංස්කාර, විඥාන යන ස්කන්ධයන්හි ඇලේ නම් හෙතෙම දුකෙහි ඇලෙන්නේ ය. යමෙක් දුකෙහි ඇලේ නම් ඔහු දුකින් නො මිදුණේ යි කියයි.

මිනිසා රාගාදි වූ එකොළොස් ගින්නකින් නිතර ඇවිල ගෙන දිලිසෙද්දී කවර සිනාවක් ද? කවර සතුටක් ද? අවිද්‍යා නමැති අඳුරෙන් වැළඳ ගන්නා ලද තෙපි මාර්ග ඵල ප්‍රඥා නමැති එළිය කුමක් හෙයින් නොසොයන්නාහු ද?

යම් මේ සිරුරක නිත්‍ය පැවැත්මක් නැද්ද ව්‍රණ සමූහය වූ ද ඇට කටුවලින් ගලපා සිටුවන ලද්දා වූ ද ගිලන් වූ බොහෝ දෙනා විසින් සුබයයි කල්පනා කරන ලද්දා වූ අබරණින් විසිතුරු කරන ලද්දා වූ මේ සිරුර දෙස බලව.

මේ රූපය ඉතා දිරා ගොස් ය. එය රෝගයන්ට නිවාසස්ථානයක් හෙයින් කූඩුවක් බඳු ය. එය වහා නැසෙන සුලු ය. කුණු වැගිරෙන මේ කය නොබෝ කලකින් බිඳෙන්නේ ය. ජීවිතය මරණය කෙළවර කොට ඇති දෙයකි.

පූර්ව නිමිති

තෙපි මනුෂ්‍යයන් අතර වයසෙන් අසූ වසක් වූ හෝ අනූ වසක් වූ හෝ සිය වසක් වූ හෝ ජරාවට ගියා වූ ගොනැස්සක් සේ වක් වූ මැදින් නැමුණා වූ සැරයටිය පිහිට කොට ඇත්තා වූ වෙව්ලමින් යන්නා වූ ජරාවෙන් ආතුර වූ ඉක්ම ගිය තරුණ වයස් ඇත්තා වූ වැටුණා වූ දත් ඇත්තා වූ පැසුණු කෙස් ඇත්තා වූ ඉදිරි ගිය කෙස් ඇත්තා වූ හෝ මුඩු වූ හිස් ඇත්තා වූ ඇඟ රැළි වැටුණා වූ පැල්ලම් සහිත යත් සිරුරු ඇත්තා වූ ස්ත්‍රියක හෝ පුරුෂයෙකු හෝ නොදුටුවහුද? මෙසේ සිතක් නොවීද ''මම ද ජරාව ස්වභාව කොට ඇත්තෙක්මි. ජරාව නොයික් ම වූවෙක්

වෙමි.'' කිමෙක් ද තෙපි මනුෂ්‍යයන් අතරෙහි ව්‍යාධියෙන් පීඩිත වූ දුකට පැමිණියා වූ දැඩි ගිලන් බව ඇත්තා වූ ස්වකීය මළ මූත්‍රයෙහි හෝනා වූ අන්‍යයන් විසින් නැඟිටවනු ලබන්නා වූ අනුන් විසින් නිදි කරනු ලබන්නා වූ ස්ත්‍රියක හෝ පුරුෂයෙකු හෝ නොදුටුවහුද? මෙසේ සිතක් නොවීද? ''මම ද ව්‍යාධිය ස්වභාව කොට ඇත්තෙක් වෙමි. ව්‍යාධිය නො ඉක්ම වූ වෙක් වෙමි.'' තවද තෙපි මනුෂ්‍යයන් අතරෙහි මැරී එක් දවසක් ගිය මැරී දෙදවසක් ගිය, මැරී තුන් දවසක් ගිය, ඉදිමුණු නිල් වූ, විශේෂයෙන් කුණප වැගිරෙන ස්ත්‍රියක හෝ පුරුෂයෙකු හෝ නොදුටුවහුද? මෙසේ සිතක් නොවී ද ''මම ද මරණය ස්වභාවය කොට ඇත්තෙමි. මරණය නො ඉක්මවූවෙක් වෙමි.''

සංසාරය

මහණෙනි, මේ සංසාරය නොදක්නා ලද අග ඇත්තේ ය. අවිද්‍යාවෙන් වැසී තණ්හාවෙන් බැඳී සැරිසරන්නා වූ සත්ත්වයින්ගේ මුල් කොනක් නොපෙනේ.

සංසාරය හෙවත් භව චක්‍රය නොහොත් පදගතාර්ථය අනුව ''සදාකාලික ගමන'' වනාහි නිරන්තරව නැවත නැවත ඉපදීම, ජරාව, දුක, මරණය ආදියට පැමිණීම ස්වභාව කොට ඇති අඛණ්ඩ වූ ප්‍රවෘත්තියක සංවේතය වන, නිරතුරු අවිවේකීව නගිමින් බසිමින් පවත්නා ජීවිත සයුර හඳුනා ගැනීමට පාලි ධර්ම පොත්වල දෙන ලද නමකි. වඩාත් පැහැදිලි ලෙස දක්වතොත් සංසාරය යනු සිතිය නොහැකි තරම් වූ කාලාන්තරයක් තුළ එකිනෙක අනුව යමින් ක්ෂණයක් ක්ෂණයක් පාසා වෙනස් වෙමින් පවත්නා පංචස්කන්ධයන්ගේ අඛණ්ඩ වූ පැවැත්ම යි. එක් ජීවිත කාලයක් මේ සංසාරයේ අල්ප මාත්‍රයක් පමණි. එබැවින් පළමු වන ආර්යසත්‍යය අවබෝධ කර ගැනීම පිණිස කෙනෙකු ඇතැම් විට එතරම් දුක් සහිත නොවූ එක් ආත්ම භාවයක් ගැනම පමණක් නැතිව මුළු සංසාර ප්‍රවෘත්තිය ගැන ම, මේ බියකරු උත්පත්ති මරණ පරම්පරාව ගැනම භාවනානු-යෝගීව මෙනෙහි කළ යුතු ය.

එහෙයින් පළමු වන ආර්යසත්‍යයෙහි දුක (දුක්ඛ යනුවෙන් හැඳින්වෙන්නේ, ප්‍රිය නොවන වේදයිතයන් නිසා ඇති වන කායික හා චෛතසික දුක්ඛ වේදනා පමණක් නොව, ඊට අතිරේක ව දුක් ඇති කරන්නා වූ, හෝ දුකට නැඹුරු වූ සෑම දෙයක් ම ය. අනිත්‍යතාව නැමති විශ්ව නියාම ධර්මය හේතු කොට ගෙන උසස් වූ ද, අති උදාර වූ ද සුඛෝපභෝගී තත්ත්වය පවා වෙනස්වීම හා විනාශ වීම ස්වභාව කොට ඇති බව ද ඒ නිසා ම සැම විට දුක පිළිබඳ බීජය ඇතුළත් වන මේ සෑම ආත්මභාවයක් ම අතෘප්තිකර බව ද දුක්ඛ සත්‍යයෙන් උගන්වන්නේ ය.

තෙපි කුමක් අධිකය යි සිතන්නහු ද? මේ සංසාරයෙහි ඇවිදින්නා වූ සැරිසරන්නා වූ මේ දීර්ඝ කාලය තුළ අප්‍රියයන් හා එක්වීමෙන් ද ප්‍රියයන්ගෙන් වෙන් වීමෙන් ද අඬන්නා වූ වැළපෙන්නා වූ තොප වැගුරූ යම් කඳුළක් වේ ද එය ද? නැතහොත් සතර මහා සාගරයෙහි දිය ද?

තොප විසින් මවගේ ද පියාගේ ද සහෝදරයන්ගේ ද සහෝදරියන්ගේ ද පුත්‍රයන්ගේ ද දියණිවරුන්ගේ ද, මරණයෙන් වූ දුක බොහෝ විඳ තිබේ. එසේ ඇඬූ, වැලපුණු තොපි සතර මහා සාගරයේ දියට වඩා කඳුළු වගුරා තිබේ. මේ දීර්ඝ කාලයක් තෙපි කුමක් අධික යයි සිතන්නහුද? ඇවිදන්නා වූ සැරිසරන්නා වූ තොපගේ හිස් සිඳීමෙන් ගැලූ වැගුරුණු යම් ලෙයක් වේ ද එයම ද නැතහොත් සතර මහා සාගරයේ දිය ද?

මේ සසර සැරිසැරීමේ දී ගම් පහරන සොරුන් ය යි මංකොල්ල කාරයන් යි අන් අඹු සොරුයයි සේවනය කරන්නන් යැයි අල්වා ගන්නා ලද තොපගේ හිස් සිඳීමෙන් වැගුරුණු යම් ලෙයක් වේ ද එයම සතර මහා සාගරයේ දියට වඩා අධික ය. මෙය කෙසේ විය හැකිද? මේ සංසාරය නොදක්නා ලද අග ඇත්තේ ය. අවිද්‍යාවෙන් වැසි තණ්හාවෙන් බැඳී සැරිසරන්නා වූ සත්ත්වයින්ගේ මුල් කොනක් නොපෙනේ. මෙසේ මේ සියලු සංස්කාරයන් කෙරෙහි කලකිරීමට සුදුසු තරම්, නොඇලීමට සුදුසු තරම්, එයින් මිදීමට සුදුසු යැයි හැඟෙන තරම්, දුක් අනුභව කරන ලදී. දැඩි දුක් අනුභව කරන ලදි. ව්‍යසන අනුභව කරන ලදි. සොහොන් බිම් තර කරන ලදි.

දෙවැනි සත්‍යය
දුක්ඛ සමුදය ආර්ය සත්‍යය

දුක ඉපදීමට හේතුව කවරේද? නැවත නැවත සත්ත්වයාගේ ඉපදීම ඇතිකරන්නා වූ ඇලීම් සහගත වූ ඒ ඒ උපන් ආත්ම භාවයේ දී ඇලෙන්නා වූ යම් තණ්හාවක් වේද එය දුක ඉපදීමට හේතුව වේ.

තුන් ආකාර තණ්හාව

කාම තණ්හා ය, භව තණ්හා ය, විභව තණ්හා ය යි මේ තණ්හාව තුන් ආකාරය යි. කාම තණ්හාව යනු පංච ඉන්ද්‍රියයන් පිනවීමට ඇති ආශාවයි.

භව තණ්හාව වනාහි විශේෂයෙන් රූප භව හා අරූප භව වැනි උසස් භාවයන්හි අඛණ්ඩ වූ හෝ සදාකාලික ජීවිතයකට කරන ආශාවයි. එය ශාස්වත දෘෂ්ටියට (භව හෝ සස්සත දිට්ඨියට) ඉතා කිට්ටු සම්බන්ධයක් ඇත. එනම්, අපගේ කයෙන් නිදහස් ව අඛණ්ඩව පවතින ඒකාන්ත සදාකාලික ආත්මයක් ගැන ඇති විශ්වාසය ය.

විභව තණ්හාව වනාහි විභවය හෙවත් උච්ඡේද දෘෂ්ටියේ ප්‍රතිඵල යෙකි. එනම්, මරණයේ දී ශූන්‍ය වන, මරණයට පෙර හා පසු කාලය හා හේතු සම්බන්ධයක් නැති, සමහර විට ඇත්තය යි කිය හැකි තරම් වූ ආත්මයක් පිළිබඳ වූ මිථ්‍යා භෞතික විශ්වාසය යි.

තණ්හා හේතුව

මේ තණ්හාව උපදිනු ලබන්නේ කවර තැනෙක්හි උපදී ද? කවර තැනෙක්හි පවතී ද? ලෝකයෙහි යමක් ප්‍රිය ස්වභාවය ඇත්තේ ද, සැප ස්වභාවය ඇත්තේ ද, එහි මේ තණ්හාව උපදි යි. එහි මේ තණ්හාව ඉපිද පවති යි. ලෝකයෙහි ඇස, කන, නාසය, දිව, ශරීරය, සිත යන මේවා ප්‍රිය ස්වභාව ඇත්තේ ය. සැප ස්වභාවය ඇත්තේ ය. මේ තණ්හාව එහි උපදී. මේ තණ්හාව එහි පවති යි. ලෝකයෙහි රූපය, ශබ්දය, ගන්ධය, රසය,

ස්පර්ශය, ධර්මය යන මේවා ප්‍රිය ස්වභාවය ඇත්තේ ය. සැප ස්වභාවය ඇත්තේ ය. මේ තණ්හාව එහි ඉපදී එහි පවති. මෙය දුක්ඛ සමුදය නම්වූ ආර්ය සත්‍යයි.

සියලු ධර්මයන්ගේ හේතු ප්‍රත්‍යතාව

යමෙක් වනාහි දෑසින් බලා දතයුතු වූ, කනින් අසා දත යුතු වූ, නාසයෙන් විඳ ගතයුතු වූ, දිවෙන් විඳ දතයුතු වූ, කයින් විඳ දතයුතු වූ, හෝ සිතේ ඇති වන්නා වූ, යහපත් වූ, මන වඩන්නා වූ, ප්‍රිය ස්වභාවයක් ඇති රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස, ස්පර්ශ යන ආරම්මණයන්හි ඇලෙයි. අප්‍රිය ස්වභාවය ඇති අරමුණෙහි නොසතුටට පැමිණෙයි. හෙතෙම මෙසේ රාග ද්වේෂ දෙකට පැමිණියේ සැප වූ ද, දුක් වූ ද උපේක්ෂා සහගත වූ ද යම් කිසි වේදනාවක් විඳි ද, ඒ වේදනාව තෘෂ්ණාව වශයෙන් ගෙන සතුටු වේ. තෘෂ්ණාව වශයෙන් ගෙන සැපයයි කියයි. තෘෂ්ණාවෙන් ගැලී සිටී. ගැලි සිටින්නා වූ ඔහුට තෘෂ්ණාව උපදී. වේදනාවන් කෙරේ යම් තෘෂ්ණාවක් වේද ඒ උපාදානය යි. ඔහුට උපාදාන ප්‍රත්‍යයෙන් භවය (මෙහි දී කර්ම භවය) වෙයි. කර්ම භවය ප්‍රත්‍ය කොට ජාතිය වෙයි. ජාතිය ප්‍රත්‍ය කොට ජරාව, මරණය, ශෝකය, වැලපීම, කයෙහි දුක, සිතෙහි දුක, දැඩි ආයාසය, යන මොවුහු ඇතිවෙති. මෙසේ මේ සියලු දුක් රාශියගේ ඇතිවීම වෙයි.

පුරුක් වශයෙන් පිරිද්දෙන කරුණු දොළොසින් ඉහත දැක්වෙන පාඨයෙහි සමහරක් පමණක් සඳහන් වූ පටිච්ච සමුප්පාද ධර්මය හේතුඵල වාදය දෙවැනි සත්‍ය පිළිබඳ විස්තරාර්ථයක් වශයෙන් සැලකිය හැකිය.

වර්තමාන කර්ම විපාක

කාමය හේතු කොට, කාමය මුල් කරුණ කොට, කාමය කරණ කොට ගෙන කාමය නිසා රජවරු, රජවරුන් සමඟ කලහ කරති. රජකුමරහු, රජකුමරුන් සමඟ කලහ කරති. බමුණෝ, බමුණන් සමඟ කලහ කරති. ගෘහපතියෝ, ගෘහපතියන් සමඟ කලහ කරති. මව පුතා සමඟ කලහ කරයි. පුතා මව සමඟ කලහ කරයි. පියා පුතා සමඟ කලහ කරයි. පුතා පියා සමඟ කලහ කරයි. සහෝදරයා සහෝදරයා සමඟ කලහ කරයි. සහෝදරයා, සහෝදරිය සමඟ කලහ

කරයි. සහෝදරිය සහෝදරයා සමඟ කලහ කරයි. යහළුවා යහළුවා සමග කලහ කරයි. ඔවුහු කෝලාහල විරුද්ධකම් විවාද ආදියට පැමිණියාහු එකිනෙකා අතින් ද පහර දෙති. කැට කැබලිතිවලින් ද පහර දෙති. පොලුවලින් ද ආයුධවලින් පහර දෙති. ඔවුහු එයින් මරණයට ද පැමිණෙති. මරණ සමාන දුකට ද පැමිණෙති.

අනාගත කර්ම විපාක

තවද, කාමය හේතු කොට කාමය මුල් කරණ කොට කාමය කරණ කොට ගෙන කාමය නිසා කයින් දුසිරිතෙහි හැසිරෙති. වචනයෙන් දුසිරිතෙහි හැසිරෙති. සිතෙන් දුසිරිතෙහි හැසිරෙති. ඔවුහු කයෙන්, වචනයෙන්, සිතෙන්, දුසිරිතෙහි හැසිර ශරීරයාගේ බිඳීමෙන් මරණින් මත්තෙහි සැපයෙන් පහ වූ නපුරු ගති ඇති නපුරු වැටීමක් ඇති නිරයෙහි උපදිති. මෙය කාමය හේතු කොට, කාමය මුල් කරුණ කොට, කාමය කරණ කොට ගෙන කාමය නිසා පරලොව වින්ද යුතු ආදිනව රාශිය දුක් රාශිය වන්නේ ය.

යම් තැනක සිය පවේ විපාකයෙන් මිදිය හැකිද? එබඳු තැනක් අහසෙහිත් නැත. මුහුද මැදක් නැත. පර්වත කුහරයකත් නැත. එබඳු බිම් පෙදෙසක් කොහේවත් ඇත්තේ නැත.

චේතනාව වූ කර්මය

මහණෙනි, චේතනාව කර්මයයි මම කියමි. සිතා කයින් හෝ වචනයෙන් හෝ සිතින් හෝ කර්මයක් කරයි. නිරයෙහි විඳිය යුතු වූ කර්මයක් ඇත. තිරිසන් ජාතියෙහි විඳිය යුතු කර්මයක් ඇත. ප්‍රේත ලෝකයෙහි විඳිය යුතු වූ කර්මයක් ඇත. මිනිස් ලොව විඳිය යුතු වූ කර්මයක් ඇත. දෙව් ලොව විඳිය යුතු කර්මයක් ඇත. කර්මයන්ගේ විපාකය ත්‍රිවිධ යයි කියමි. මේ ලෝකයෙහි හෝ ඊළඟ ආත්මයෙහි හෝ භවයෙන් භවයෙහි හෝ විපාක දෙන කර්මයන් කියා ය.

කර්ම දායාදය

සියලු සත්ත්වයෝ කර්මය ස්වකීය කොට ඇත්තෝ වෙති. කර්මය දායාදය කොට ඇත්තෝ වෙති. කර්මයෙන් උපදින්නෝ වෙති. කර්මය

නැයන් කොට ඇත්තෝ වෙති. කර්මය පිළිසරණ කොට ඇත්තෝ වෙති. යහපත් හෝ අයහපත් කර්මයක් කරන්නෝ ද ඊට උරුම වූවෝ වෙති. යම් තැනෙක්හි සත්ත්වයෝ උපදිත් ද? එහි දී ඒ කර්ම විපාක දෙයි යම් තැනෙක්හි ඒ කර්ම විපාක පැසේද දෙයිද? එය මේ ආත්ම භාවයෙහි හෝ අනතුරු ආත්ම භාවයෙහි හෝ එයින් අනෙක් අනාගත භාවයක හෝ කර්මඵල විඳිති.

යම් කලෙක මහ මුහුද සිඳෙන්නේ ද විශේෂයෙන් වියළෙන්නේ ද විද්‍යාමාන නොවේද? එබඳු කලක් ඇතිවන්නේමය. යම් කාලෙක මේ මහ පොළොව දැවේ ද වැනසේ ද අවිද්‍යාමාන වේ ද එබඳු කලක් ඇතිවන්නේම ය. එහෙත්, අවිද්‍යාවෙන් වැසි තණ්හාවෙන් බැඳී. සසර සැරිසරන්නා වූ සත්ත්වයන්ගේ දුකෙහි කෙළවරක් නම් නොවන්නේ ය.

තණ්හාව පාප කර්මයක එකම හේතුව නොවන්නාක් මෙන්ම මේ ආත්ම භාවයේ දී හා අනාගත ආත්ම භවයේ දී එයින් ඇතිවන සෑම දුකකටම, කරදරයකට ම එකම හේතුව ද නොවේ. එහෙත්, තණ්හාව ඇති කවර තැනෙක වුව ද, තණ්හාව, මුල් කරගෙන දුක් කරදර ජනිත කරවන ඊර්ෂ්‍යාව, ක්‍රෝධය, වෛරය හා වෙනත් මෙබඳු බොහෝ දේ හටගනි යි. ආත්මාර්ථකාමී වූ සසර බඳවන මේ හැම ආශාවන් හා ක්‍රියා ද, එයින් ම මෙහි හෝ පසු ආත්ම භාවයක දී ජනිත වන නොයෙක් දුක් කම්කටොලු ද පමණක් නොව ජීවිතය රඳා පවත්නා පංචස්කන්ධයන් වුවද අන්තිමේ දී මෝහය හා අවිද්‍යාව මුල් කර ගෙන ඇත.

කර්මය

හේතුවක් හෝ ප්‍රත්‍යයක් නොමැති ව ලෝකයේ කිසිවක් ඇතිවිය නොහැකි බව ද, අපගේ සහජ ශක්තීන් මෙන් ම අපගේ සම්පූර්ණ ඉරණම සියලු දුක හා සැප ද, මේ ආත්ම භාවයේ හා පෙර ආත්ම භාවයන්හි දි කරන ලද කර්මය අනුව සිදුවන බව ද, ඉගැන්වීමෙන් ස්වභාව ධර්මයේ පෙනී යා හැකිව ඇති අධර්මිෂ්ඨකම්වලට හේතු පහදා දෙන්නට දෙවැනි ආර්ය සත්‍යය ඉවහල් වේ. මේ හේතු කයින්, වචනයෙන් හා සිතින් සිදු වන කර්මයෝ ය. එබැවින් සියලු සත්ත්වයන්ගේ ම චරිතය හා ඉරණම

නිශ්චය වන්නේ ද ත්‍රිවිධ කර්මය අනුව ය. නියම වශයෙන් විස්තර කරන කල ධර්මය යන්නෙන් අඟවන්නේ උත්පත්තිය ඇති කරවන හා ඊට බලපාන කුසල හා අකුසල චේතනා හා ඒ හා සමඟ පහළ වන චෛතසික අංගයෝ ය. මෙසේ පැවැත්මට වඩා සුදුසු වචනවලින් කියතොත් භව ප්‍රවෘත්තිය (භව) හේතු ඵල නියාම සහිත කර්ම භවයෙන් හා එහි ඵලය වූ උත්පත්ති භවයෙන් යුක්ත ය.

මෙහි දී ද කර්මය ගැන සලකන විට භවයේ අනාත්ම ස්වභාවය අමතක නොකළ යුතු ය. කුණාටුවක් ගසා යන මුහුද ගැන සලකන කල සාගරය මත වේගයෙන් යන්නේ එකම දිය රැලියක් නොවේ. නමුත්, එය වෙනස් වෙනස් වූ ජල ස්කන්ධයන්ගේ නැගීම හා බැසීම ය. එමෙන්ම පුනරුත්පත්තිය නැමති සයුර මතුපිට වේගයෙන් යන සත්‍ය වූ ආත්ම ස්කන්ධයන් නැති බව ද, නමුත්, ඒවායේ ස්වභාවය හා ක්‍රියාකාරිත්වයන් අනුව (යහපත් හෝ අයහපත්) එක් තැනෙක මනුෂ්‍යයන් වශයෙන් ද, වෙන තැනක තිරිසනුන් වශයෙන් ද, අන්‍ය වූ තැනෙක අදෘශ්‍යමාන සත්ත්වයින් වශයෙන් ද, පහළ වන (පිළිබිඹු වන) ජීවිත තරංගයන් පමණක් බව ද අවබෝධ කරගත යුතු ය.

ඇත්ත වශයෙන් කියන කල ''කර්ම'' යන පදයෙන් ඉහත සඳහන් ක්‍රියා පමණක් ම හඳුන් වන බව හා ඒවායේ ප්‍රතිඵල අදහස් නොකරන බව ද, එහි ඇතුළත් නොවන බව ද මෙහි නැවත අවධාරණයෙන් සඳහන් කළ හැකිය.

කර්මය පිළිබඳ වැඩි විස්තර සඳහා (Fund සහ Bud. Dic බලනු.)

තුන්වැනි සත්‍යය
දුක්ඛ නිරෝධ ආර්ය සත්‍යය

දුක් නැති කිරීම නම් වූ ආර්ය සත්‍යය කවරේද? එම තණ්හාවගේ ම මඳකුත් ඉතිරි නැති නොරැඳුමෙක් හා නැති කිරීමක් වේද, අත්හැරීමක් වේද, සම්පූර්ණයෙන් දුරු කිරීමක් වේ ද, මිදීමක් වේ ද, ආලය නොකිරීමක් වේ ද, එයයි. පහවනු ලබන්නා වූ මේ තණ්හාව කවර තැනෙක්හි පහවන්නේ ද? නැතිවෙන්නා වූ මේ තණ්හාව කවර

තැනෙක් හි නැතිවේ ද? ලෝකයේ යමක් ප්‍රිය ස්වභාවය ඇත්තේ ද, යමක් සැප ස්වභාවය ඇත්තේ ද?, පහවනු ලබන්නා වූ මෙම තණ්හාව මෙහි පහවන්නේ ය. නැතිවන්නා වූ මේ තණ්හාව මෙහි නැතිවන්නේ ය.

අතීත, වර්තමාන, අනාගත කාලයන්හි යම්කිසි ශ්‍රමණයෙක් හෝ බ්‍රාහ්මණයෙක් හෝ ලෝකයෙහි ප්‍රිය ස්වභාවය ඇති, මධුර ස්වභාව ඇති, යමක් වේද, එය අනිත්‍ය වශයෙන් දකින්නාහු ද, දුක් වශයෙන් දකින්නාහු ද, අනාත්ම වශයෙන් දකින්නාහු ද, රෝග වශයෙන් දකින්නාහු ද, භය වශයෙන් දකින්නාහු ද, තණ්හාව දුරු කරන්නෝ ඒ ශ්‍රමණ බ්‍රාහ්මණයෝ ය.

සියලු ධර්මයන්ගේ ම නිරෝධය හේතු ප්‍රත්‍යයෙන් සිදු වන බව

ඒ තණ්හාවගේ ම මඳකුත් ඉතිරි නැති නොරැඳුමෙන් හා නැති කිරීමෙන් උපාදානය නැතිවේ. උපාදානය නැති වීමෙන් කර්ම භවය නැතිවේ. කර්ම භවය නැතිවීමෙන් ඉපදීම නැතිවේ. ඉපදීම නැතිවීමෙන් ජරා, මරණ, ශෝක, පරිදේව, දුක්, දොම්නස් සහ උපායාසයෝ නැතිවෙත්. මෙසේ මේ සියලු දුක්ගොඩ නැතිවෙයි. රූප, වේදනා, සඤ්ඤා, සංස්කාර, විඤ්ඤාණ යන පංචස්කන්ධයාගේ නිරෝධය සංසුන් වීම විනාශය යමක් ද එය දුකෙහි නිරෝධය රෝගයන්ගේ සංසිඳීම සහ ජරා මරණයේ විනාශය වෙයි.

අඥාන නිරීක්ෂකයෙකු තුළ වැව මතුපිට ගමන් කරන එකම ජලස්කන්ධයකැයි යන මුළාව ඇතිකරන්නා වූ ද අප දිය රැළියක් යැයි ගන්නා දිය උස් පහත්වීම නිර්මිත කරනු ලැබුවේ ද පෝෂණය කරනු ලැබුවේද සුළඟ විසිනි. නඩත්තු කරනු ලැබුවේ ද රැස්කරන ලද ශක්තීන් විසිනි. සුළඟ අතුරුදහන් වූ පසු වැව් ජලය අලුත් සුළඟකින් නැවත උස්වන සේ පහර නොලැබුයේ නම් රැස් කරන ලද ශක්තින් ක්‍රමයෙන් ගෙවී මුළු උස් පහත් වීම අවසානයට පැමිණෙන්නේ ය. එසේ ම ගින්දරට අලුත් දර නොලැබේ නම් කලින් දැමූ දර අවසාන වූ පසු එය නිවී යයි.

එපරිද්දෙන් ම අඥාන පෘථග්ජනයා කෙරෙහි ආත්මයක්ය යන මුළාවක් ඇති කරවන මේ පංචස්කන්ධය තණ්හාවෙන් නිර්මිත වී

පෝෂණය වී රැස් කරන ලද ජීවිත ශක්තීන් හේතු කොට ගෙන ටික කලක් නඩත්තු වන්නේ ය. උපාදානය හෙවත් සසරට ඇති තණ්හාව හා සසර දුඩි සේ අල්ලා ගැනීම නිරුද්ධ වූ පසු අලුත් තණ්හාවකින් මේ පංචස්කන්ධය නැවත නොපොළඹවන ලද නම් රැස් කරන ලද ජීවිත ශක්තීන් ඉතිරිව ඇතිතාක් පමණක් ජීවිතය පැවතේ. නමුත් මරණයේ දී එවැනි අතුරුදහන් වීම හා සමගම පංචස්කන්ධයෝ ද අන්තිම වශයෙන් අභාවයට පැමිණෙති.

මෙසේ නිබ්බාණ හෙවත් නිවීම (සංස්කෘත නිර්වාණ, නිර්+වා, භුමීම අවසන් වීම, නිවීමට පැමිණීම) අංශ දෙකක් යටතේ සලකා බැලිය හැකිය. එනම්,

1. ජීවිත කාලයක දී සිදුවන අරහත් බවට හෝ එම පාරිශුද්ධියට පැමිණීමේ දී (කිලේස පරිනිබ්බාන) මෙය වනාහි සූත්‍රයෙහි කියන ලද පරිදි අනුපාදිසේස නිබ්බානය හෙවත් ස්කන්ධයන් තවම ඉතිරිව තිබියදී නිර්වාණය ඇතිවන ක්ලේශයන්ගේ ප්‍රහාණය.

2. සූත්‍රයෙහි කියන ලද පරිදි අනුපාදිසේස නිබ්බාණය හෙවත් රහතන් වහන්සේගේ අභාවප්‍රාප්තියක් සමඟ ඇතිවන පංචස්කන්ධයන්ගේ නිරුද්ධ වීම (ඛන්ධපරිනිබ්බාණ)

නිර්වාණය

මෙය ශාන්ත ය, මෙය ප්‍රණීත ය, සියලු සංස්කාරයන්ගේ සංසිඳීමක් වේද? කාමාදින්ගේ සියලු උපදින්ගේ දුරලීමක් වේද? තෘෂ්ණාවගේ ක්‍ෂය වීමක් වේද? නො ඇලීමක් වේද? දුක්ඛ නිරෝධයක් වේද? මේ ඒ නිර්වාණය යි. රාගයෙන් ද්වේශයෙන් හා මෝහයෙන් මඩනා ලද්දා වූ විනාශ කරන ලද සිත් ඇත්තා වූ ඇලුණා වූ පුද්ගල තෙමේ තමන්ට දුක් පිණිස සිතයි. අනුන්ට දුක් පිණිස සිතයි. තමන්ට හා අනුන්ට දුක් පිණිස සිතයි. මානසික දුක ද විඳියි. රාගය, ද්වේෂය, මෝහය ප්‍රහීණ වූ කල්හි තම හට දුක් පිණිස ද නොසිතයි. අනුන්ට දුක් පිණිස ද නොසිතයි. තමන්ට හා අනුන්ට දුක් පිණිස ද නොසිතයි. මානසික දුක ද දොම්නස ද නොවිඳි යි. නිර්වාණය තෙමේ මේ ආත්මභාවයෙහි දී ම දැකිය හැකි ගුණ ඇත්තේ ය. කල් නොයවා දෙන ඵල ඇත්තේ ය. එව

බලවයි පෙන්විය හැකි ගුණ ඇත්තේ ය. තමන් සිත්හි පමුණුවා ගත යුතු ගුණ ඇත්තේ ය. නුවණ ඇත්තන් විසින් තමන් කෙරෙහිලා දත හැකි ය. මෙසේ රාගයාගේ නැති කිරීම ද්වේශය නැති කිරීම, අවිද්‍යාවගේ නැති කිරීම නිවන නම් වේ.

රහතන් වහන්සේ

මෙසේ මනා කොට මිදුණා වූ, නිවුණා වූ, ඒ භික්ෂුව විසින් කරන ලද දෙයට නැවත නැවත එකතු කළ යුතු යමක් නොමැත. වැඩීමක් නැත්තේ ය. කළයුතු ඊට වැඩිදෙයක් නැත. යම් සේ ඒක ඝනවූ පර්වතය වාතයෙන් කම්පා නොවේද එසේ ය රූපලම්බනයෙන් ද ශබ්ද ලම්බනයෙන් ද, ගන්ධාලම්බනයෙන් ද, ස්පර්ශාලම්බනයෙන් ද, ලාභා ලාභයෙහි ගිජු නොවන රහතන් වහන්සේලා කම්පා නොවෙති. උන්වහන්සේගේ සිත විශේෂයෙන් මිදුණේ වේ. සිටියේ වේ. ඒ සිත ඉපදීම හා සැනසීම ද රහතන් වහන්සේ නැවත නැවත දකී. මෙසේ මේ ලෝකයේ සියලු විපරිණාම ධර්මයන් අවබෝධ කර ගත් ලෝකයේ කිසිම දෙයකින් කම්පා නොවන්නා වූ, ශාන්ත වූ, ද්වේශයෙන් ශෝකයෙන් සහ ආශාවන්ගෙන් මිදුණු උන්වහන්සේ ඉපදීම සහ ජරාව ඉක්ම වූයේ වේ.

සදාකාලික ධර්මයක්

ද්‍රව්‍යයක් හෝ ද්‍රවයක් නැත්තා වූ ද, උෂ්ණත්වයක් හෝ ක්‍රියාකාරිත්වක් නැත්තා වූ ද, මේ ලෝකය හෝ වෙනත් ලෝකයක් නැත්තා වූ ද, සූර්යයා හෝ චන්ද්‍රයා නැත්තා වූ ද යම් ස්ථානයක් ඇත්තේ ම ය.

මේ වනාහි ඇතිවීමක් හෝ නැතිවීමක් හෝ පවතින්නක් හෝ උපදමින් පවතින්නක් හෝ අභාවයට යමින් පවතින්නක් හෝ යයි මම නොකියමි. එහි රැඳිය හැකි ස්ථානයක් හෝ වර්ධනය වීමක් හෝ පදනමක් හෝ නැත්තේම ය. මේ වනාහි දුක්ඛයාගේ කෙළවර යි.

නූපදනක්, අහේතුකයක්, නිර්මිත නොවූවක් හා පටිසම්පාදිත නොවූවක් ද වේ. මේ නූපදන ය, අහේතුක ය, නිර්මිත නොවුව, හා පටිසම්පාදනය නොවුව. නුවුයේ නම් උපදනා, හේතු සහිත වූ, නිර්මිත වූ, සම්පාදිත වූ ලෝකයෙන් මිදෙනු නොහැකි ය.

නූපදන ය, අහේතුක ය, නිර්මිත වූව හා පටිසම්පාදනය නොවුව ඇති බැවින් උපදනා, හේතු - සහිත වූ නිර්මිත වූ, සම්පාදිත වූ, ලෝකයෙන් මිදෙනු හැකි ය.

සතරවන සත්‍යය

දුක්ඛ නිරෝධ ගාමිණී ප්‍රතිපදාව නම් ආර්ය සත්‍යය

අන්ත දෙක සහ මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව

පැවිද්දා විසින් සේවනය නොකළ යුතු මේ දෙකෙළවරකි. එනම්, ලාමක වූ, ගැමියන්ට අයත් වූ, පෘථග්ජනයන්ට අයත් වූ, උතුම් නොවූ, අනර්ථය පිණිස පවතින්නා වූ, වස්තු කාමයන්හි ක්ලේශ කාමය කරණ කොට යම් ඇලී වාසය කිරීමක් වේද, දුක් වූ, ලාමක වූ, අනර්ථය පිණිස පවත්නා වූ, යම් ඒ කයට දුක් ගෙන දෙන පිළිවෙතක යෙදීමක් වේ ද? ඒ මේ දෙකෙළවර ය. මේ අන්ත දෙක ය. ඒ මේ දෙකෙළවරට නොපැමිණ තථාගතයන් වහන්සේ විසින් අවබෝධ කරන ලද, ප්‍රඥා චක්ෂුස ඇතිකරනා වූ ඥානය ඇති කරන්නා වූ, මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව කෙලෙසුන්ගේ සංසිඳීම පිණිස චතුරාර්ය සත්‍යය දැනීම පිණිස, චතුරාර්ය සත්‍යය අවබෝධය පිණිස නිවන් පිණිස පවතිත්.

ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය

ඒ මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව වනාහි මේ දුක්ඛයාගේ කෙළවර කිරීම පිණිස පවත්නා වූ ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයමයි. එය මෙසේ යි.

1. නිවැරදි දැකීම	(සම්‍යක් දෘෂ්ටිය)	ප්‍රඥා
2. නිවැරදි කල්පනාව	(සම්‍යක් සංකල්පනාව)	
3. නිවැරදි වචනය	(සම්‍යක් වචනය)	සීල
4. නිවැරදි කර්මාන්තය	(සම්‍යක් කම්මන්තය)	
5. නිවැරදි දිවි පැවැත්ම	(සම්‍යක් ආජීවය)	
6. නිවැරදි ව්‍යායාමය	(සම්‍යක් ව්‍යායාමය)	සමාධිය
7. නිවැරදි සිහිය	(සම්‍යක් සතිය)	
8. නිවැරදි සමාධිය	(සම්‍යක් සමාධිය)	

මේ වනාහි තථාගතයන් වහන්සේ විසින් අවබෝධ කරන ලද, ප්‍රඥා චක්ෂුස ඇති කරන්නා වූ, ඥානය ඇති කරන්නා වූ, කෙලෙසුන්ගේ සංසිඳවීම පිණිස, චතුරාර්ය සත්‍යය දැනීම පිණිස, නිවන් පිණිස, පවතින්නා වූ මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව වෙයි.

ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය

උපමාලංකාර වශයෙන් යෙදෙන ''මාර්ගය'' හෙවත් පාර යන්නෙහි අදහස, එහි ඇති එක් එක් අංගය දක්වෙන පිළිවෙළ අනුව ම වෙන වෙන ම ප්‍රගුණ කළ යුතුය කියා සමහර විට වරදවා තේරුම් ගෙන ඇත. එසේ වූ කල සම්‍යක් දෘෂ්ටිය එනම්, සත්‍යය විනිවිද දැක්ම, සම්‍යක් සංකල්පනාව හෝ සම්‍යක් වචනය ආදිය ප්‍රගුණ කිරීමට සිතන්නට පෙර අවබෝධ කළ යුතු වෙයි. නමුත් ඇත්ත වශයෙන් ම සීලයට ඇතුළත් වන (3-5) අංග තුන ප්‍රථමයෙන් සම්පූර්ණ කළ යුතු වේ. ඉන්පසු සමාධියට ඇතුළත් වන (6-8) අංග තුන ප්‍රගුණ කිරීමෙන් සිත දියුණු කිරීම කෙරෙහි කෙනෙකුගේ අවධානය යොමු කළ යුතු ය. ප්‍රඥාවට ඇතුළත් පළමුවන අංග දෙක සම්පූර්ණ කිරීමට මිනිස් චරිතය හා මිනිස් සිත යෝග්‍ය වනුයේ මෙම සූදානමෙන් පසුව ය.

අෂ්ටාංග මාර්ගය අනලස්ව ප්‍රගුණ කිරීම සඳහා අවශ්‍ය උද්‍යෝගය ලබා ගැනීමට ද ඒ පිළිබඳ විශ්වාසය ඇති කරන කරුණු සපයා ගැනීමට ද, දුක ආදිය පිළිබඳ ඇතැම් අවබෝධයක් අවශ්‍ය බැවින්, පටන් ගැනීමේ දී මූලික වශයෙන් ස්වල්ප වූ සම්‍යක් දෘෂ්ටියක් අවශ්‍ය ය. මුදවීමේ පොදු කටයුත්ත සඳහා අනිත් මාර්ගයන්ගේ සිය කාර්යයන් බුද්ධිමත්ව හා දක්ෂ ලෙස සපුරාලීමට, ඉටු කරවීමට උපකාරයක් වශයෙන් එක්තරා ප්‍රමාණයක සම්‍යක් දෘෂ්ටියක් ඇති කර ගැනීම අවශ්‍ය වේ. එම කරුණ නිසා ද එම මාර්ගයේ වැදගත්කම අවධාරණයෙන් කිවයුතු නිසා ද, සම්‍යක් දෘෂ්ටියට අෂ්ටාංග මාර්ගයෙහි මුල් තැන දී ඇත.

සතර ඵලයට (35 පිට බලන්න.) පැමිණීමට හා නිවන් ලැබීමට ආසන්න හේතුව අවසාන වශයෙන් සම්ප්‍රාප්ත වන තෙක් ඉතිරි මාර්ග යන්ගේ උපකාරයෙන් ධර්මය පිළිබඳ මේ මුල් අවබෝධය ක්‍රමයෙන් දියුණු කර ගත යුතු ය

එබැවින් සම්‍යක් දෘෂ්ටිය වනාහි ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයේ පටන් ගැන්ම හා කුළු ගැන්ම ද වේ. මේ මාර්ගය වනාහි දුක් නැත්තා වූ, හිංසා නැත්තා වූ, දැඩි වෙහෙස රහිත වූ, දුක් රහිත වූ ප්‍රතිපදාවකි. සම්පූර්ණ ප්‍රතිපදාවකි.

මාර්ග ඵල ප්‍රඥා ය යි කියන ලද දැකීම සුපිරිසිදු කර ගැනීමට මාර්ගය මෙයම යි. අනෙක් මඟක් නැත. තෙපි මේ ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය පිළිපදිවු, මෙය මාරයා මුළා කරන්නකි.

මේ ආර්ය මාර්ගයට පිළිපන් තෙපි සසර දුක් කෙළවර කරන්නාහු ය. රාගාදි මුල් උදුරාලන මේ මාර්ගය මවිසින් ප්‍රත්‍යක්ෂ ඥානයෙන් ම දැන කියන ලදී.

තොප විසින් කෙලෙස් තවන වීර්යය කළ යුතු ය. බුදුවරු නිවනට පමුණුවන මඟ කියන්නාහු වෙති. ඒ මඟට බැස ධ්‍යාන වඩන්නෝ මාර බන්ධනයෙන් මිදෙන්නෝ ය.

ධර්ම ශ්‍රවණයට කන් නමවු. නිර්වාණය අවබෝධ කරන ලදී. මම අනුශාසනා කරමි. මම ධර්මය දේශනා කරමි. මාගේ අනුශාසනා පරිදි පිළිපදිවු. කුල පුත්‍රයෝ යම් නිර්වාණයක් පිණිස මනා කොට ගිහිගෙයින් නික්ම ශාසනයෙහි පැවිදි වෙත් ද මාර්ග බ්‍රහ්ම චර්යාව කෙළවර කොට ඇති නිරුත්තර වූ ඒ නිර්වාණය මේ ආත්මභාවයෙහි ම තොපි නොබෝ කලකින් නුවණින් දැන ප්‍රත්‍යක්ෂ කොට ඊට පැමිණ වාසය කරන්නාහු ය.

පළමුවන පියවර

සම්‍යක් දෘෂ්ටිය

නිවැරදි දැකීම (සම්‍යක් දෘෂ්ටිය) නම් කවරේද

චතුරාර්ය සත්‍යය අවබෝධ කර ගැනීම

1. දුක පිළිබඳ යම් දැනීමක් වේද, 2. දුකට හේතුව පිළිබඳ යම් දැනීමක් වේද, 3. දුක නැති කිරීම පිළිබඳ යම් දැනීමක් වේ ද, 4. දුක් නැති

කිරීමට පමුණුවන මාර්ගය පිළිබඳ යම් දැනීමක් වේ ද මේ නිවැරදි දැකීම (සම්‍යක් දෘෂ්ටි) යයි කියනු ලැබේ.

කුසල හා අකුසල අවබෝධ කර ගැනීම

තවද යම් තැනක පටන් ආර්ය ශ්‍රාවක තෙම කුසලයන් දනී ද, කුසල මූලයත් දනී ද, අකුසල මූලයත් දනී ද, එවිට ආර්ය ශ්‍රාවක තෙම සම්‍යක් දෘෂ්ටිය ඇත්තෙක් වෙයි.

අකුසලය කවරේ ද?

(1) ප්‍රාණඝාතය අකුසලයක් ය (2) සොරකම් කිරීම අකුසලයක් ය (3) කාමයන්හි වරදවා හැසිරීම අකුසලයක් ය	කාය කම්ම (කයින් සිදුවන අකුසල්)
(4) බොරු කීම අකුසලයක් ය (5) කේලාම් කීම අකුසලයක් ය (6) පරුෂ වචන කීම අකුසලයක් ය (7) නිෂ්ඵල වචන කීම අකුසලයක් ය	වචී කම්ම (වචනයෙන් සිදුවන අකුසල්)
(8) දැඩි ලෝභය අකුසලයක් ය (9) බලවත් ක්‍රෝධය අකුසලයක් ය (10) වැරදි දෘෂ්ටිය අකුසලයක් ය	මනෝ කම්ම (සිතෙන් සිදුවන අකුසල්)

මේ දසය අකුසල කර්මපථ හෙවත් අයහපත් ක්‍රියා මාර්ගය කියනු ලැබේ. අකුසල් මුල් කවරේද? ලෝභය අකුසල් මුලකි. ද්වේශය අකුසල් මුලකි. මෝහය අකුසල් මුලකි. එබැවින් ලෝභය මුල් කොට ඇති අකුසල් ය, ද්වේෂය මුල්කොට ඇති අකුසල් ය. මෝහය මුල්කොට ඇති අකුසල් යයි අකුසල් තෙවැදෑරුම් බව මම කියමි. ලෝභයෙහි හෝ ද්වේශයෙහි හෝ මෝහයෙහි මුල් බැස ගත් කයින්, වචනයෙන් හා මනසින් සිදුවන චෛතසික ක්‍රියාවක් අකුසල කර්මයක් යැයි සැලකේ. ඒ වනාහි අකුසල යයි සලකනු ලබන්නේ එයින් මේ ආත්ම භාවයේ හෝ වෙනයම් අනාගත ආත්ම භාවයක දී දුෂ්ට වූ ද, දුක් වූ ද විපාක දෙන බැවිනි. චේතනාව ඇත්ත වශයෙන් ම කර්මය මෙන් ගැනේ. එය කයින් හෝ වචනයෙන්

හෝ සිදු වන ක්‍රියාවක් මෙන් විද්‍යමාන විය හැකිය. එසේ බාහිර වශයෙන් විද්‍යාමන නොවන්නේ නම් එය චෛතසික මනෝකර්මයක් මෙන් ගැනේ.

මෝහය සියලු පාපයකට මූලික හේතුව වන බැවින් ලෝභය මෙන් ම ද්වේශය ද සෑම විටම මෝහය හා එක්ව පවතියි. කෙසේ වුවද ලෝභය හා දේවේශය එකම විඥානයක් තුළ විය නොහැකි ය.

කුසලය කවරේ ද?

<table>
<tr><td>(1) ප්‍රාණඝාතයෙන් වැලකීම කුසලයක් ය
(2) සොරකම් කිරීමෙන් වැලකීම කුසලයක් ය
(3) කාමයන්හි වරදවා හැසිරීමෙන් වැලකීම කුසලයක් ය</td><td>කාය කම්ම (කයින් සිදුවන කුසල්)</td></tr>
<tr><td>(4) බොරු කීමෙන් වැලකීම කුසලයක් ය
(5) කේලාම් කීමෙන් වැලකීම කුසලයක් ය
(6) පරුෂ වචන කීමෙන් වැලකීම කුසලයක් ය
(7) නිෂ්ඵල වචන කීමෙන් වැලකීම කුසලයක් ය</td><td>වචී කම්ම (වචනයෙන් සිදුවන කුසල්)</td></tr>
<tr><td>(8) දැඩි ලෝභය නැතිබව කුසලයක් ය
(9) ව්‍යාපාද නැති බව කුසලයක් ය
(10) නිවැරදි දැකීම කුසලයක් ය</td><td>මනෝ කම්ම (සිතෙන් සිදුවන කුසල්)</td></tr>
</table>

මේ දසය කුසල කර්මපථ හෙවත් යහපත් වූ ක්‍රියා මාර්ගයයි කියනු ලැබේ.

කුසල් මුල් කවරේද?

අලෝභය කුසල් මුලකි. අද්වේශය කුසල් මුලකි. අමෝහය කුසල් මුලකි.

තිලකුණු තේරුම් ගැනීම

යමෙක් රූප, වේදනා, සංඥා, සංස්කාර, විඥාන අනිත්‍ය බවත්, දුක් බවත්, අනාත්ම බවත් දන්නේ ද, හෙතෙම නිවැරදි දැකීමෙන් (සම්‍යක් දෘෂ්ටියෙන්) යුක්ත වූවෙකැයි කියනු ලැබේ.

නිෂ්ඵල ප්‍රශ්න

''භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ලෝකය සදාකාලික ය කියා හෝ ලෝකය සදාකාලික නොවේ ය කියා හෝ ලෝකයේ කෙළවරක් ඇත්තේ ය කියා හෝ ලෝකයේ කෙළවරක් නැත්තේය කියා හෝ ඒ ජීවයම ඒ ශරීරය කියා හෝ ජීවය අනෙකෙක ශරීරය අනෙකක කියා හෝ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ මරණින් පසු ඇතිවේය කියා හෝ'' ඇති නොවේය කියා හෝ යනාදි වශයෙන් යම්තාක් මට ප්‍රකාශ නොකරන්නේ ද ඒ තාක් මම භාග්‍යවතුන් වහන්සේ වෙත, පැවිදිවීමට නොකැමැත්තෙමි'යි යමෙක් කියන්නේ නම් තථාගතයන් වහන්සේ විසින් මේ සියල්ල ප්‍රකාශ කිරීමට ප්‍රථමයෙන් ඒ පුද්ගල තෙමේ කළුරිය කරන්නේ ය.

යම් සේ පුරුෂයෙක් විෂ පෙවූ ඊතලයකින් විදින ලද්දේ වන්නේ ද ඔහුගේ මිත්‍රයෝ, යහළුවෝ, නෑයෝ ශල්‍ය වෛද්‍යවරයෙකු ඉදිරිපත් කරන්නෝ ද එවිට ඔහු මෙසේ කියන්නේ ද ''යමකු විසින් විදින ලද්දේ වෙම් ද, එය ක්ෂත්‍රියෙක් ද, බ්‍රාහ්මණයෙක් ද වෛශ්‍යයෙක් ද ශුද්‍රයෙක් ද කිනම් ඇත්තෙක් ද කිනම් ගෝත්‍ර ඇත්තෙක් ද, උස කෙනෙක් ද මිටි කෙනෙක් ද මධ්‍යම තරමේ කෙනෙක් ද ආදි වශයෙන් විචාරන්නේ ද යම්තාක් ඒ පුරුෂයා ගැන මේ කරුණු නොදනිම් ද ඒ තාක් මම මේ ඊතලය නොගලවාගන්නෙමියි කියන්නේ ද එසේ ඒ පුරුෂයා යට කී කරුණු දැන ගැනීමට ප්‍රථම කළුරිය කරන්නේ ය.

ලෝකය කෙළවරක් ඇත්තේ ය. කියා හෝ කෙළවරක් නැත්තේ ය. කියා හෝ ලෝකය සදාකාලික කියා හෝ ලෝකය සදාකාලික නොවේය කියා හෝ දැකීමක් තැකීමක් ඇති කල්හි ද නැති කල්හි ද ඒකාන්තයෙන් ඉපදීම ඇත. ජරාව ඇත. මරණය ඇත. ශෝක වැළපීම් දුක් දොම්නස් දැඩි

ආයාසය ඇත. මෙලොව දී ම නැති කරගත හැකි එය නැති කිරීම පිණිස මම දේශනා කරමි.

සංයෝජන පහ

මේ ලෝකයේ ආර්යයන් නොදන්නා ආර්ය ධර්මයෙහි අදක්ෂ ආර්ය ධර්මයෙහි නොහික්මුණු නොදක්නා නූගත් පෘථග්ජනයා ආත්මයක් ඇත යන දෘෂ්ටියෙන් (සක්කාය දෘෂ්ටියෙන්) මඩනා ලදුව උපන් සක්කාය දෘෂ්ටිය ඇති සිතින් වාසය කරයි ද සැකයෙන් මඩනා ලදුව උපන් සැකය ඇති සිතින් වාසය කරයි ද සීලබ්බත පරාමාශයෙන් මඩනා ලදුව උපන් සීලබ්බත පරාමාශය ඇති සිතින් වාසය කරයි ද, කාමරාගයෙන් මඩනා ලදුව උපන් කාම රාගය යුත් සිතකින් වාසය කරයි ද කෝපයෙන් මඩනා ලදුව උපන් කෝපය ඇති සිතින් වාසය කරයි ද ඒවායේ නැති කිරීම ඇති සැටියෙන් නොදනී.

සක්කාය දෘෂ්ටිය නොහොත් ආත්මයක් ඇතැයි යන මුළාව සදාකාලිකත්වය හා උච්ඡේද දෘෂ්ටිය සේ මෙසේ පෙනෙනු ඇත.

''සදාකාලිකත්ව' භව හෙවත් සස්සත දිට්ඨිය පද ගතාර්ථය අනුව ''සදාකාලිකත්වයක් ගැන විශ්වාසය'' එනම් යම් කෙනෙකුගේ ආත්මය හෝ පෞද්ගලිකත්වය ද්‍රව්‍යමය ශරීරයෙන් නිදහස් ව පැවතෙන බව හා ශරීරය නැතිවීමෙන් පසු වුව ද එය දිගට ම පැවතෙන බව ය. ''නිරුද්ධිය පිළිබඳ විශ්වාසය'' එනම්, මේ ජීවිතය ආත්මය බව ද එබැවින් ම මේ ද්‍රව්‍යමය ශරීරයාගේ මරණයේ දී එය විනාශ වන බව ද යන දෙහාත්මක විශ්වාසය

(සංයෝජන දසය පිළිබඳ 73 පිට බලන්න.)

මෙනෙහි නොකළ යුතු ධර්මයන්

මෙනෙහි කළ යුතු ධර්මයන් හා මෙනෙහි නොකළ යුතු ධර්මයන් නොදන්නා වූ හෙතෙම මෙනෙහි නොකළ යුතු ධර්මයන් මෙනෙහි

කරයි. මෙනෙහි කළ යුතු ධර්මයන් මෙනෙහි නොකරයි. හෙතෙම මෙසේ නුනුවණින් මෙනෙහි කරයි. මම අතීත කාලයෙහි උත්පත්ති වශයෙන් කිසිවෙක් වූයෙම් ද, කිසිවෙක් නුවූයෙම් ද මම ක්‍ෂත්‍රිය ආදීන් අතුරෙන් කවරෙකු වූයෙම් ද? කවරෙක් නුවූයෙම් ද කෙබඳු සටහන් ඇත්තෙක් වූයෙම් ද මම අතීත කාලයෙහි කවරෙකුව සිට කවරෙක් වූයෙම් ද, මම අනාගත කාලයෙහි කිසිවෙක් වන්නෙම් ද ක්‍ෂත්‍රිය ආදි කිසිවෙක් නොවන්නේනම් ද, කෙබඳු සටහන් ඇත්තෙක් වන්නෙම් ද මම මතු කල්හි බ්‍රාහ්මණ ආදි කවරෙක් ව වෛශ්‍යාදි කවරෙක් වන්නෙම් ද ''වර්තමානය පිළිබඳව ද මෙසේ සැක ඇත්තේ වේ. ''මම'' යන කිසිවෙක් ඇත්තේ ද මම යන කිසිවෙක් නැත්තේ ද, මම කවරෙක් වෙම් ද කිනම් සටහන් ඇත්තෙක් වෙම් ද කොතනින් ආයෙම් ද කොහි යන්නෙක් වෙම් ද?

ආත්මය පිළිබඳ වූ මත සය

මෙසේ නුනුවණින් මෙනෙහි කරන්නාවූ ඔහුට සය ආකාර දෘෂ්ටීන් අතුරෙන් එක්තරා දෘෂ්ටියක් උපදියි. සත්‍ය වශයෙන් ආත්මයක් ඇත යන ශාස්වත දෘෂ්ටිය හෝ උපදියි. සත්‍ය වශයෙන් ආත්මය සිඳේය යන උච්ඡේද දෘෂ්ටිය හෝ උපදියි. ස්කන්ධයන් ආත්ම යැයි කියන ඉතිරි ස්කන්ධ නැමති ආත්මය දනිමියි කියා හෝ සංඥාව ආත්මය කොට ඉතිරි ස්කන්ධ ආත්ම වශයෙන් නොගෙන සංඥාව නම් වූ ආත්මය විසින් ආත්මය නොවන ඉතිරි ස්කන්ධ දනිමැයි කියා හෝ සංඥාවෙන් අන්‍ය ස්කන්ධයන් අනාත්ම වශයෙන් ගෙන ආත්මය නොවන වේදනා දි ස්කන්ධයන් කරන කොට ගෙන ආත්මය වන සංඥා ස්කන්ධය දනිමැයි කියා හෝ දෘෂ්ටි උපදියි. නැතහොත් කථා කරන්නා වූ සැපදුක් විඳින්නා වූ යම් මේ ආත්මයක් ඒ ඒ ජාතියෙහි කළ කුසල අකුසල කර්මයන්ගේ විපාකය විඳි ද මාගේ ඒ මේ ආත්මය තෙම නිත්‍ය ය, ස්ථිර ය, සැමදාම පවතියි. යන දෘෂ්ටිය හෝ උපදියි. තමා ද තමාට අයත් දෙයක් ද ස්ථිර වශයෙන් නොලැබෙන කල්හි මෙය ලෝකයයි මෙය ආත්ම යයි. ඒ මම පරලොව නිත්‍ය හැමදා පවත්නා නොපෙළෙන ස්වභාව ඇති ස්ථිර වූවෙක් වන්නෙමි යි යන යම් හැඟීමක් වේ ද එය තනිකර සම්පූර්ණයෙන් මෝඩකමක් නොවේ ද?

මෙය දෘෂ්ටියයි ද, දෘෂ්ටි ලැහැබයයි ද දෘෂ්ටිකාන්තාර යයි ද දෘෂ්ටි කම්පනයයි ද දෘෂ්ටි සංයෝජනයයි ද කියනු ලැබේ. දෘෂ්ටි නැමති

බැඳුමෙන් යුක්ත වූ පෘථග්ජන තෙම උත්පත්තියෙන් ද, ජරාවෙන් හා මරණයෙන් ද, ශෝක කිරීමෙන් ද, වැලපීමෙන් ද, ශාරීරික මානසික දුකින් ද දැඩි වෙහෙසින් ද යන මේ සියලු සංසාර දුකින් නොමිදේයයි කියමි.

මෙනෙහි කළ යුතු ධර්ම කවරහු ද?

බුද්ධාදි සත්පුරුෂයන් දුටුවා වූ සත්පුරුෂ ධර්මයෙහි දක්ෂ වූ සත්පුරුෂ ධර්මයෙහි හික්මුණා වූ බොහෝ ඇසූ පිරූ තැන් ඇති ආර්ය ශ්‍රාවක තෙමේ මෙනෙහි කළ යුතු ධර්මයන් දනියි. ඒවා දැන මෙනෙහි කරයි. මෙනෙහි නො කළ යුතු ධර්මයන් දනියි. එවා මෙනෙහි නොකරයි. හෙතෙම මේ දුක යයි නුවණින් කල්පනා කරයි. මේ දුක් ඉපදීමට හේතුව යයි නුවණින් කල්පනා කරයි. මේ දුක් නැති කිරීම යයි නුවණින් කල්පනා කරයි. මේ දුක් නැති කිරීමේ මාර්ගය යයි නුවණින් කල්පනා කරයි.

සෝවාන් පුද්ගලයා

මෙසේ මෙනෙහි කිරීමෙන් ඕ හට සක්කාය සංයෝජනය විචිකිච්ඡා සංයෝජනය, ශීලබ්බත පරාමාශ සංයෝජනය යන තුන නැති වෙත්. ''ශාසනයෙහි යම් ශ්‍රාවකයන්ගේ මේ සංයෝජන තුන නැති වූයේ ද ඒ සියල්ලෝ ම සෝවාන් වූවෝ වෙත්. අපායෙහි නූපදින සුලුයහ, සම්බෝධිය නිසැකව ලබති.

මුළු පොළොවට ම එක රජ බවටත්, ස්වර්ගයට යාමටත් සියලු ලොවෙහි අධිපතිකම ලැබීමටත් වඩා සෝවාන් ඵලය උතුම් ය.

සංයෝජන දසය

සත්ත්වයෝ භව චක්‍රයට මේ සංයෝජන හෙවත් බැමි දසයෙන් බඳිනු ලබත්. ඒවා මෙසේ ය. 1. සක්කායදිට්ඨි 2. විචිකිච්ඡා 3. සිලබ්බත පරාමාස 4. කාමරාග 5. ව්‍යාපාද 6. රූපරාග 7. අරූපරාග 8. මාන 9. උද්ධච්ච 10. අවිජ්ජා

ආර්ය පුද්ගලයෝ

පළමු බැමි තුනෙන් මිදුනු තැනැත්තාට සෝතාපත් හෙවත් පාලියෙන් සොතාපන්න යයි කියනු ලැබේ. පදගතාර්ථය අනුව, නිවන කරා බැස යන දිය පාරට බැස ගත් තැනැත්තා යනු වේ. ඔහු වනාහි බුද්ධ, ධම්ම, සංඝ යන ත්‍රිවිධ රත්නය ගැන අචල ශ්‍රද්ධාව ඇත්තාවූ ද පංචශීලය නොබිඳිනා කෙනෙක් ද වේ. ඔහු නැවත උපදින්නේ මනුෂ්‍යත්වයට පහත් නොවූ භවයක උපරිම වශයෙන් සත් වාරයක් පමණි.

දළ වශයෙන් සතරවන හා පස්වන බැමි මැඩ පැවැත්වූ තැනැත්තාට සකෘදාගාමි යයි කියනු ලැබේ. පදගතාර්ථය අනුව වරක් ආපසු පැමිණෙන්නා යනුයි ඔහු නැවත කාම ලෝකයේ උපදින්නේ එක් වරක් පමණි. ඉන්පසු රහත් ඵලයට පැමිණේ.

අනාගාමි තැනැත්තා වනාහි කාම ලෝකයෙහි පුනරුත්පත්තිය ගෙන දෙන පළමු බැමි පසෙන් සම්පූර්ණයෙන් මිදී ඇත. පදගතාර්ථය අනුව ආපසු නොපැමිණෙන තැනැත්තා යනු යි. හෙතෙම කෙළෙවර වූ අමාමහා නිවනට පැමිණේ.

අරහත් හෙවත් සම්පූර්ණයෙන් පවිත්‍ර වූ පුද්ගල තෙම බැමි දසයෙන් ම මිදී ඇත.

ඉහත සඳහන් අරහත් භාවයට අයත් තත්ත්ව සතරෙන් එක එක මාර්ගයෙන් යුක්ත ය. (සොතාපත්ති මග්ග හා සොතාපත්ති ඵලය) ඒ අනුව ආර්ය පුද්ගලයන් අට දෙනෙක් හෝ ආර්ය පුද්ගල සතරක් වෙති.

ඒ ඒ තත්ත්වයට පැමිණීමේ එකම මොහොත මාර්ගයට ඇතුළත් වේ. ඵලය යනුවෙන් අදහස් වන්නේ මාර්ගය හේතු කොට ගෙන ඉන් පසු විගසම ඇතිවන චිත්තක්ෂණ පරම්පරාවය. මේවා යම් යම් අවස්ථානුකූල ව ජීවිත කාලය තුළ දී අනන්ත වාරයක් නැවත ඇති විය හැකි ය.

වැඩි විස්තර සඳහා B. Dict අරියපුග්ගල, සොතාපන්න යනාදිය බලන්න.

සම්‍යක් දෘෂ්ටිය කුමක්ද?

සම්‍යක් දෘෂ්ටිය දෙයාකාරය

ලෞකික හා ලෝකොත්තර සම්‍යක් දෘෂ්ටිය

(ආශ්‍රව සහිත වූ කුසලයන්ට අයත් වූ විපාක දෙන ස්වභාව ඇති සම්‍යක් දෘෂ්ටි තොමෝ කවරේද) දුන් දැයෙහි විපාක ඇත. කුසලාකුසලයන්ගේ විපාක ඇත; මෙලොවක් ඇත; පරලොවක් ඇත; මව ඇත; පියා ඇත; ඕපපාතිකව උපදින සත්ත්වයෝ ඇත. මෙලොව ද පරලොව ද තෙමේ ම විශේෂ ඥානයෙන් දැන තමන්ම ප්‍රකාශ කරන මනාව පිළිපන් ශ්‍රමණ බ්‍රාහ්මණයෝ ඇත. මෙය ආශ්‍රව සහිත වූ කුසලයන්ට අයත්වූ විපාක දෙන ස්වභාව ඇත්තා වූ සම්‍යක් දෘෂ්ටියයි.

ආශ්‍රව රහිත වූ ලෝකෝත්තර මාර්ගයක් වූ සම්‍යයක් දෘෂ්ටිය කවරේද? ආර්ය වූ, ආශ්‍රව රහිත වූ, ආර්ය මාර්ගයෙන් යුක්ත වූ ආර්ය මාර්ගය වඩන්නා වූ යම් ප්‍රඥාවක් වන්නේ ද මේ නිදොස් වූ ආශ්‍රව රහිත වූ ලෝකෝත්තර මාර්ග මාර්ගාංගයක් වූ සම්‍යක් දෘෂ්ටියයි. මෙසේ ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයේ වර්ග දෙකකි. පෘථග්ජනයා විසින් ප්‍රගුණ කරන ලද ලෝකෝත්තර වුව එනම් ප්‍රථම ආර්ය ඵලයට නොපැමිණි සැම දෙනා විසින් ප්‍රගුණ කළ ආර්ය පුද්ගලයින් විසින් ප්‍රගුණ කරන ලද ලෝකෝත්තර වුව.

වෙනත් පියවර හා සංයුක්ත වූ

මිථ්‍යා දෘෂ්ටිය,මිථ්‍යා දෘෂ්ටිය වශයෙන් ද සම්‍යක් දෘෂ්ටිය, සම්‍යක් දෘෂ්ටිය වශයෙන් ද දන්නේ සම්‍යක් දෘෂ්ටිය (පළමු පියවර) යමෙක් මිථ්‍යා දෘෂ්ටිය පහකිරීමටත් සම්‍යක් දෘෂ්ටිය වැඩීමටත් වෑයම් කෙරේ ද එය ඔහුගේ සම්‍යක් ව්‍යායාමය සවෙනි පියවර වේ. හෙතෙම සිහියෙන් යුක්ත වූයේ මිථ්‍යා දෘෂ්ටිය දුරු කරයි. සිහියෙන් යුක්ත වූයේ සම්‍යක් දෘෂ්ටියට පැමිණ වාසය කරයි. එය ඔහුගේ සම්‍යක් ස්මෘතිය සත්වෙනි පියවර වේ. මෙසේ මේ ධර්මයන් තිදෙන සම්‍යක් දෘෂ්ටිය හා එක්ව එය ගමන් කරයි. එනම් සම්‍යක් දෘෂ්ටිය සම්‍යක් ව්‍යායාමය හා සම්‍යක් ස්මෘතියයි.

සියලු දෘෂ්ටීන්ගෙන් මිදුණු බව

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ කිනම් දෘෂ්ටි ඇත්තෙක් දැයි යමෙක් අසන්නේ නම් ඔහුට මෙසේ පිළිතුරු දිය යුතු යි. භාග්‍යවතුන් වහන්සේ කිසියම් දෘෂ්ටි ඇත්තෙක් නොවේ. භාග්‍යවතුන් වහන්සේ රූපය ප්‍රහීණ කරන ලද්දේ ය. මුල් සිඳින ලද්දේ ය. කරටිය සිඳන ලද තල් ගසක් මෙන් කරන ලදි. විනාශ කරන ලදි. මතු නොඋපදනා බවට පමුණුවන ලදි. භාග්‍යවතුන් වහන්සේ රූපය හඳුනන සේක. එහි ඇති වීම දන්නා සේක. එහි නැති වීම දන්නා සේක. එසේ ම වේදනා, සංඥා, සංස්කාර, විඥාන ආදින්ගේ යම් ස්වභාව දන්නා සේක. ඇති වීම දන්නා සේක. නැති වීම දන්නා සේක. ඒවායේ මුල් සිඳින ලදි. කරටිය සිඳින ලද තල් ගසක් මෙන් කරන ලදි. විනාශ කරන ලදි. මතු නූපදනා බවට පමුණුවන ලදි. එහෙයින් තථාගතයන් වහන්සේ මහ මුහුද මෙන් ගුණයෙන් ගැඹුරු ය. ප්‍රමාණ කළ නොහැක්කේ ය. බැස ගැනීමට දුෂ්කර ය. උපදී යයි කීමට ද නුසුදුසු ය. නූපදී යයි කීමට ද නුසුදුසු ය. උපදී යයි ද නූපදීයයි ද කීමට ද නුසුදුසු ය. නොම උපදී නූපදින්නේ නොවේය කීමට ද නුසුදුසු ය.

ත්‍රිවිධ ලක්ෂණ

''තථාගතයන් වහන්සේලා උපන් කල හෝ නූපන් කල හෝ සියලු සංස්කාරයෝ අනිත්‍යයහ. සියලු සංස්කාරයෝ දුකය සියලු සංස්කාරයෝ අනාත්මයහ. යන මේ ධර්ම ස්වභාවය ධර්ම නියාමය ඇත්තේම ය. සංඛාරා යන වචනයෙන් හේතු ප්‍රත්‍යයකට යට වූ හෝ පටිසම්පාදිත වූ සෑම දෙයක් ම මෙහි ගැනේ. (සංඛත ධම්ම) එකම පැවැත්මට අයත්, ගත හැකි වූ සෑම කායික හා චෛතසික අංශයක් මැවේ. හේතු ප්‍රත්‍යයට යටත් නොවූ හෙවත් අසංඛත වූ නිර්වාණය ද ඇතුළත් වන බැවින් ධම්ම යන වචනය වඩා පුළුල් වශයෙන් යෙදී ඇත. එය සර්ව සාධාරණ ය. නිර්වාණය ස්ථිර වූ ද, විපරිණාමයට යටතේ නොවූ දෙයක් බැවින් සෑම ධර්මයක් ම අනිස්ථිර ය. විපරිණාම ධර්මයට යටත් වෙත් ය යනාදි වශයෙන් කීම දොස් සහිතය. එම හේතුවෙන් ම සෑම සංස්කාර

පමණක් නොව සෑම ධර්මයක් ම (අසංඛත ධර්ම ද ඇතුළත්ව) අනාත්ම බව කීම නිවැරදි ය.

නිත්‍ය වූ, ස්ථිර වූ සියලු කල්හි පවත්නා වූ නොපෙනෙන ස්වභාව පවත්නා වූ සදාකාලිකයන් මෙන් එසේ ම සිටින්නා වූ යම් කිසි රූපයක්, වේදනාවක්, සංඥාවක්, සංස්කාරයක්, විඥානයක් නැත්තේම ය. එබඳු නිත්‍ය වූ, ස්ථිර වූ, හැම කල්හි පවත්නා වූ නොපෙරෙළෙන ස්වභාව ඇත්තා වූ යම් කිසිවක් මේ ලෝකයෙහි නැණවත් මිනිස්සු පිළි නොගනිති. මම ද එසේ ම ප්‍රකාශ කරමි. යහපත් නිවැරදි දැකීමෙන් යුක්ත වූවෙකු කිසියම් දෙයක් ආත්මයයි විශ්වාස කිරීම නොවිය හැකි ය.

ආත්මය පිළිබඳ මත

යමෙක් වේදනාව මගේ ආත්මයයි කියයි ද ඔහුට මෙසේ පිළිතුරු දිය යුතු වන්නේ ය. මේ වේදනා තුන් ආකාර වේ. සැප වේදනාව ය. දුක් වේදනාව ය. උපේක්ෂා වේදනාව යන මොවුහු ය. මේ තුන් වේදනා අතුරෙන් කවර නම් වේදනාවක් ආත්ම වශයෙන් දකි දැයි ඇසිය යුතු යි. කුමක් හෙයින්ද? යම් කලෙක මෙයින් එක් වේදනාවක් විඳී ද එකල ඉතිරි වේදනා දෙක නොවිඳී මේ තුන් ආකාර වේදනාවෝ අනිත්‍ය ය. ප්‍රත්‍ය හේතුවෙන් උපන්නීය ගෙවීයාම ස්වභාව කොට ඇත්තී ය. නැතිවීම ස්වභාව කොට ඇත්තී ය. වැනසීම ස්වභාව කොට ඇත්තී ය. මේ තුන් ආකාර වේදනාවන්ගෙන් එකක් විඳින්නා හට එය මාගේ ආත්මය යයි සිතෙයි නම් එය නැතිවීමෙන් පසු මාගේ ආත්මය නැති වී ගියේ යයි ඔහු පිළිගත යුතු යි. මෙසේ ඒ පුද්ගලයා මේ ආත්මයේ දී ම අනිත්‍ය වූ ද සැප දුක් දෙක හා මිශ්‍ර වූ ද ඉපදීම හා වැනසීම ස්වභාව කොට ඇති වූ යමක් ආත්මය යයි දකි යි. මේ දැක්වූ කාරණයෙන් ද වේදනාව මාගේ ආත්මය යයි දැකීමට සුදුසු නොවේ. යම් කෙනෙක් වේදනාව මගේ ආත්මය නොවේමය මගේ ආත්මය විඳින ස්වභාවයක් නැත්තේ යයි කියයිද ඔහුට මෙසේ කිය යුතු වන්නේ ය. ''යම් තැනක විඳීමක් නැත්තේ ද එහි මම වෙමියි යන මේ අදහස ඇතිවන්නේද?'' කියා යි. යම්

ඒ කෙනෙක් විඳීම මාගේ ආත්මය නොවෙයි මගේ ආත්මය නොවිඳින ස්වභාවය ද නොවෙයි. මගේ ආත්මය විඳිනු ලබයි. විඳීම් ස්වභාව කොට ඇත්තේය කියයි ද ඔහුට මෙසේ කිව යුතු වන්නේය විඳීම ස්වභාවය සම්පූර්ණයෙන් නැති වන්නේ නම් එසේ ම විඳීම නැති කල්හි, කිසියම් වේදනාවක් නැති කල්හි මම වෙමි.'' යන අදහස ඇතිවිය හැකි ද කියා යි.

මනෝ විඥානය ආත්මයයි යමෙක් කියන්නේ නම් එය නොයෙදෙන්නේ ය. කුමක් හෙයින් ද මනෝ විඥානයේ ඉපදීම ද විනාශය ද පෙනෙන්නේ ය. යමක ඉපදීම ද විනාශය ද පෙනේ නම් මේ මාගේ ආත්මය උපදී, විනාශ වේ යන මේ කාරණය ඊට පැමිණෙන්නේ ය.

අශ්‍රැතවත් ශ්‍රැතවත් පෘථග්ජන තෙම සිතට වඩා මේ සතර මහා භූතයන් ගෙන් සැදී කයම ආත්මය ලෙස සැලකීම හොඳ ය. ඊට හේතු කවරේ ද? සතර මහා ධාතුවෙන් පටන් ගන්නා වූ ද, අවුරුද්දක්, දවුරුද්දක්, තුන් අවුරුද්දක්, සතර අවුරුද්දක්, පස් අවුරුද්දක් නො එසේ නම් දස අවුරුද්දක් හෝ අවුරුදු සියයක් හෝ ඊට වැඩිය සිටින්නා වූ ද මේ කය දක්නා ලැබේ. නමුත්, යමක් සිතයයි කියනු ලැබේ ද, මනසයයි කියනු ලැබේ ද, විඥානය යි කියනු ලැබේද ඒ සිත රෑ ද දවල් ද අනිකක් අනිකක්ව උපදී, අනිකක් අනිකක්ම නිරුද්ධ වේ. එහෙයින් අතීත වූ වර්තමාන වූ හෝ අනාගත වූ හෝ බාහිර වූ හෝ මහත් වූ හෝ සියුම් වූ හෝ උසස් වූ හෝ හීන වූ හෝ යම් කිසි රූපයක් වේ ද වේදනාවක් වේද සංඥාවක් වේද සංස්කාර මේ වේද මාගේ නොවේ. මේ මම නොවෙමි. මේ මාගේ ආත්මය නොවේ යයි , මෙසේ මේ සියලු ස්කන්ධ තත්වූ පරිද්දෙන් නිවැරදි දැකීමෙන් දත යුතුයි.

දුක ඇති නමුදු දුක විඳිනා කෙනෙක් නැත
කර්මය ඇති නමුදු කරනා කෙනෙක් නැත
නිවන ඇති නමුදු පිවිසෙන කෙනෙක් නැත
මග ඇති නමුදු එහි යන්නා කෙනෙක් නැත

විසුද්ධ මග්ගයේ xvi ඇසුරින්

අතීත වර්තමාන අනාගත

යමෙක් ඔබගෙන් මෙසේ අසන්නාහු නම් ඔබ අතීතයෙහි වුයෙහි ද, ඔබ නුවූයේ නොවෙහි ද ඔබ අනාගතයෙහි නොවන්නේහි ද, ඔබ නොවන්නේ නොවන්නෙහි ද, ඔබ දැන් ඇත්තෙහි ද ඔබ නැත්තේ නොවෙහිදැයි මෙසේ අසන ලද්දා වූ ඔබ මෙසේ ප්‍රකාශ කරන්නෙහි ය. මම අතීතයෙහි වීමි. මම නූවුයේ නොවෙමි. මම අනාගතයෙහි වන්නෙමි. මම නොවන්නේ නොවෙමි. මම දැන් ඇත්තේ වෙමි. මම නැත්තේ නොවෙමි. යම් අතීත වූ ආත්මය ලැබීමක් වීද, ඒ ආත්මය ලැබීම ඒ කාලයෙහි ඇත්තේම විය. අනාගතයෙහි හෝ වර්තමානයෙහි ඒ ආත්මය ලැබීමක් නොවන්නේ ය. අනාගත වූ ආත්ම ලැබීමක් වන්නේ ද අනාගත ආත්මය ඒ කාලයෙහි වන්නේ ය. අතීතයෙහි ද, වර්තමානයෙහි ද, ඒ ආත්මය ලැබීම නැත්තේ ය. වර්තමානයෙහි යම් ආත්ම ලැබීමක් වේද, ඒ ආත්ම ලැබීම වර්තමානයෙහි වේ. අතීතයෙහි හෝ අනාගතයෙහි ඒ ආත්මය ලැබීම නොවන්නේ ය. යමෙක් පටිච්චසමුප්පාදය දකී ද හෙතෙම සත්‍යය දකී. යමෙක් සත්‍ය දකිද හෙතෙම පටිච්චසමුප්පාදය දකි.

යම් සේ දෙනගෙන් කිරි ද, කිරෙන් දිය ද, දියෙන් වෙඬරු ද, වෙඬරුවෙන් ගිතෙල් ද, ගිතෙලින් ගිතෙල් මණ්ඩය ද වෙයි ද, යම් කලෙක කිරි වේද එකල දී යන සංඛ්‍යාවට නොපැමිණේ ද වෙඬරුය ගිතෙල් ය ගිතෙල් මණ්ඩය යන සංඛ්‍යාවට නොපැමිණි යේ ද එකල කිරි යන කොටසට ම පැමිණේ ද, යම් කාලෙක දී මේද, එකල කිරි වෙඬරු, ගිතෙල් ගිතෙල් මණ්ඩය යන කොටසට නොපැමිණේ ද එකල දී යන කොටසට ම පැමිණේ ද එමෙන් ම යම් කලෙක අතීත භවයෙහි ආත්ම ලැබීමක් වේ ද එය ම සත්‍යය වර්තමාන අනාගත ආත්ම භවයක් වීම නොවන්නේ ය. අනාගත ආත්ම භවයකට පැමිණේ ද එවිට එයම වන්නේ ය. අතීත වර්තමාන භවයක් නොවන්නේ ය. යම් කලෙක වර්තමාන භවයක් වේ ද එවිට අතීත අනාගත භවයක් නොවන්නේ ය. මේ සියල්ල ම ලෝකයාගේ නාම වෙත්, ලෝකයාගේ වචන වෙත්. ලෝකව්‍යවහාර වෙත්, තථාගතයන් වහන්සේ මෙහි නොබැඳෙමින් මේවා ව්‍යවහාර කරති. රූපය, වේදනාව,

සංඥාව, සංස්කාර, විඥානය තත් වූ පරිද්දෙන් නොදක්නට ඊට හේතු වන්නට වු පරිද්දෙන් නොදක්නා හට එහි නිරෝධය තත්වූ පරිද්දෙන් නොදන්නා හට නොදක්නා හට නිරෝධයට පැමිණෙන ප්‍රතිපදාව තත්වූ පරිද්දෙන් නොදන්නා හට නොදක්නා හට භාග්‍යවතුන් වහන්සේ මරණින් මතුවන්නේය කියා හෝ නොවන්නේ ය කියා හෝ සිතෙයි.

අන්ත දෙක සහ මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව

යමෙක්, ජීවයත් එය ය. ශරීරයත් එයම යයි යන දෘෂ්ටිය ඇති කල්හි ආර්ය මාර්ගයට පැමිණිමක් නොවේ. ජීවය අනෙකකි. ශරීරය අනෙකකි යන දෘෂ්ටිය හෝ ඇති කල්හි ආර්ය මාර්ගයට පැමිණිමක් නොවේ. ඒ මේ අන්ත දෙකට නොපැමිණ තථාගතයන් වහන්සේ මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව දේශනා කොට තිබේ.

පටිච්චසමුප්පාදය

අවිද්‍යාව නිසා සංස්කාර ද, සංස්කාර නිසා විඥානය ද, විඥානය නිසා නාමරූප ද, නාමරූපය නිසා සළායතනය ද, සළායතන නිසා ස්පර්ශය ද, ස්පර්ශය නිසා වේදනාව ද, වේදනාව නිසා තණ්හාව ද, තණ්හාව නිසා උපාදානය ද, උපදානය නිසා භවය ද, භවය නිසා උත්පත්තිය ද, උත්පත්තිය නිසා ජරා මරණ, ශෝක පරිදේව දුක් දොම්නස් සහ උපායාසයෝ ද ඇතිවෙති. මෙසේ මේ සියලු දුක් ගොඩ ඇතිවීමක් වෙයි. මේ භව චක්‍රය කිසියම් දෙවියෙකු හෝ බ්‍රහ්මයෙකු විසින් නිර්මිත කරන ලද්දක් නොව, හිස් වූ ද හේතු ප්‍රත්‍යයට යටත් වූ ද භාව ප්‍රවෘත්ති පද්ධතියක පෙරළීමකි.

යම් කලෙක වනාහි මහණහුගේ අවිද්‍යාව නැති වූයේ වෙයි ද, අර්හත් මාර්ග ඥානය පහළ වූයේ වෙයි ද, හෙතෙම අවිද්‍යාව දුරුවීමත් අර්හත් මාර්ග ඥානය ලැබීමත් හේතු කොට ගෙන කුසල කර්ම ද රැ ස් නොකරයි. අකුසල කර්ම ද රැස් නොකරයි. අරූපාවාචාර කර්ම ද රැස් නොකරයි. සංඛාර යන පදයට මෙහි කර්ම ප්‍රතිසම්පාදනය යන අර්ථය දී ඇත්තේ, පටිච්ච සමුප්පාදයේ දී සංඛාර යන්නෙන් භගවන්නේ

කුසලාකුසල හෙවත් චෛතසික ක්‍රියා හෙවත් කෙටියෙන් කියතොත් කර්මය බැවිනි.

ඉහත සඳහන් පාඨයෙහි දක්වුණු ත්‍රිවිධ සංස්කාරයෙහි සකල භවයන්හි හෝ විඥාන පථයන්හි කර්මය පිළිබඳ ක්‍රියාකාරිත්වය අඩංගුවෙත්, කුසල කර්ම ප්‍රතිසම්පාදනය රූපාවචර භවය දක්වා ම සඳහන් කෙරෙන අතර අකම්ප්‍යකර්ම ප්‍රතිසම්පාදනය (අනේක ජාති සංස්කාර) අරූපාවචර භවය ගැන පමණක් සඳහන් කෙරේ.

අවිද්‍යාව මුළුමනින් ම නැති වීමෙන් සංස්කාරයන්ගේ නැති වීම ද, සංස්කාරයන්ගේ නැති වීමෙන් විඥානය නැති වීම ද, විඥානයාගේ නැති වීමෙන් නාම රූපයන්ගේ නැති වීම ද, නාම රූපයන්ගේ නැති වීමෙන් සළායතනයන්ගේ නැති වීම ද, සලායතනයන්ගේ නැති වීමෙන් ස්පර්ශය නැති වීම ද, ස්පර්ශය නැති වීමෙන් වේදනාවේ නැති වීම ද, වේදනාවේ නැති වීමෙන් තණ්හාව නැති වීම ද, තණ්හාවේ නැති වීමෙන් භවය නැති වීම ද, භවය නැති වීමෙන් ජාතිය (උත්පත්තිය) නැති වීම ද, ජාතිය නැති වීමෙන් ජරා, මරණ, ශෝක, පරිදේව, දුක් දොම්නස් සහ උපායාසයන් නැති වීම ද වෙත්. මෙසේ මේ සියලු දුක්ගොඩ නැති වීම වෙයි. මෙය දුක් නැති කිරීම නම් වූ ආර්ය සත්‍යය වේ.

උත්පත්තිය සිදු කරන කර්ම

[1]අවිද්‍යාවෙන් වැසී තණ්හාවෙන් බැඳී සැරිසරන්නා වූ සත්ත්වයන්ගේ මේ සංසාරය නොදක්නා ලද අග ඇත්තේ නම්, ලෝභයෙන් ද්වේශයෙන් මෝහයෙන් හටගත්තා වූ ද, ඒවා කරණ කොට කරන ලද්දා වු ද ඒවා ප්‍රත්‍යය කොට ඇත්තා වූ ද යම් කර්මයක් වේ ද යම් තැනෙක්හි එය කළහුගේ උත්පත්තියක් වේද එහි ඒ කර්මය විපාක දෙයි. ඒ කර්මයේ විපාකය මේ ආත්ම භවයෙහි හෝ අනතුරු ආත්ම භවයක හෝ අනාගතයෙහි යම්කිසි ආත්ම භාවයක හෝ විපාක දෙයි.

කර්මයාගේ ක්‍ෂය වීම

අවිද්‍යාවගේ නැතිවීමෙන් ප්‍රඥාවගේ ඇතිවීමෙන් තෘෂ්ණාවගේ නැතිවීමෙන් නැවත උත්පත්තියක් ඇතිනොවන්නේ ය. අලෝභයෙන්, අද්වේශයෙන්, අමෝහයෙන් කරන ලද්දා වූ හටගත්තා වූ නිධාන කොට ඇත්තා වූ යම් කර්මයක් වේ ද ලෝභය, ද්වේෂය, මෝහය නැති වූ කල්හි මෙසේ ඒ කර්මය ප්‍රහීණ වේ. උදුරා හරින ලද මුල් ඇත්තේ වෙයි. මස්තකය කපන ලද තල් ගසක් මෙන් කරන ලද්දේ ය. නැවත ලියලන්නේ නොවේ.

මේ කරුණින් මා සම්පූර්ණයෙන් නැති කිරීමක් දේශනා කරන්නේ යැයි හෝ සම්පූර්ණ නැති කිරීමක් සඳහා දේශනා කරන්නකැයි හෝ ශ්‍රාවක පිරිස ද ඊට ම යොමු කරවන්නේකැයි කියා හෝ යමෙක් කියන්නේ ද ඔහු සත්‍යයක් ම කියන්නේ ය. ස්ථිර වශයෙන් ම සම්පූර්ණ නැති කිරීමක් දේශනා කරමි. කුමක් සම්පූර්ණ කිරීමක් ද ලෝභ ද්වේෂ, මෝහ සහ නොයෙකුත් සාවද්‍ය සෑම දෙයකම සම්පූර්ණ නැති කිරීමක් ය පදගතාර්ථය අනුව හේතුවක් නිසා ඇතිවීම යන පටිච්චසමුප්පාදය වනාහි සියලුම කායික හා චෛතසික ස්වභාවයන් පිළිබඳ වූ හේතුඵලවාදයයි. මේ හේතු ඵලවාදය පමණක් නොව අනාත්ම වාදය ද බුදුරජාණන්වහන්සේගේ ඉගැන්වීම යථා තත්ත්වයෙන් තේරුම් ගැනීම සඳහා අවබෝධ කර ගැනීම සඳහා ද අත්‍යවශ්‍ය ව ඇත. සම්මුති වශයෙන් මිනිසා යැයි තිරිසනා යයි කියනු ලබන විවිධ කායික හා චෛතසික ජීවිත ප්‍රවෘත්තින් අහම්බෙන් හෝ ඉබේ සිදු වූ ක්‍රියාකාරිත්වයන් නොව හේතුන් හා ප්‍රත්‍යයන්ගෙන් සිදු වූ ක්‍රියාකාරිත්වයන් බව පටිච්ච සමුප්පාදය පෙන්වයි. මේ සියල්ලට ම වඩා පටිච්චසමුප්පාදය වනාහි පුනරුත්පත්තිය හා දුක හේතු මත රඳා පවත්නා ආකාරය පැහැදිලි කර දෙයි. එහි දෙවැනි කොටසින් යට කී හේතු නැති කිරීමෙන් සියලු දුක් නැති විය යුතු බව ද පටිච්ච සමුප්පාදය පෙන්නුම් කරයි. එහෙයින් පටිච්ච සමුප්පාදය දෙවැනි හා තුන්වැනි ආර්ය සත්‍ය, ඒවායේ පදනමේ සිට ඉහළට පැහැදිලි කිරීමෙන් ද ඒවාට ස්ථිර දාර්ශනික ස්වරූපයක් දෙමින් ද ඒවා මැනවින් පැහැදිලි කිරීමට උපකාරී වේ. හේතුඵලවාදයෙහි පිරිද්දීම වශයෙන් ඇති පුරුක් දොළොස අතීත,

වර්තමාන. අනාගත භවයෙන් භවයට ගැලපී යන අයුරු පහත ඇති සටහනෙන් එකවර පෙනේ.

අතීත භාවය	1. සවිජ්ජා 2. සංඛාරා	(කම්ම භව) හේතු පස 1,2,8,9,10
වර්තමාන භවය	3. විඤ්ඤාණං 4. නාම රූපං 5. ආයතනං 6. ඵස්සා (ස්පෘෂ්ටව්‍යය) 7. වේදනා	උප්පත්ති භව ඵල පස 3 සිට 7
	8. තණ්හා 9. උපාදානං 10. භවො	කම්ම භව හේතු පස 1,2,8, 9,10
අනාගත භවය	11. ජාති 12. ජරා මරණං	උප්පත්ති භව ඵල පස 3 සිට 7

ගැලපීම් 1 සිට 2 සහ 8 සිට 10 පුනරුත්පත්තියේ කර්ම හේතුපස ඇතුළත් කර්ම භවය දක්වයි.

ගැලපීම් 3 - 7 සහ 11 - 12 කර්ම ඵල පස ඇතුළත් උප්පත්තිභාවය දක්වයි. එහෙයින් පටිසම්භිදා මාර්ගයෙහි මෙසේ දක්වා තිබේ.

අතීත භවයේ හේතුන් පසක් විය. එහෙයින් වර්තමාන භවයේ දී ඵල පසක් ද වේ. දැන් මේ භවයේ දී අප හේතුන් පසක් ජනිත කරන හෙයින් අනාගත භවයේදී ඵල පසක් විපාක වශයෙන් ලබන්නෙමු.

සම්පූර්ණ විස්තර සඳහා Fund iii හා Bud. Dict බලන්න.

දෙවන පියවර
සම්‍යක් කල්පනාව

1 යහපත් කල්පනාව නම් කවරේද? (1) නෛෂ්ක්‍රම්‍ය (කම්සැප අත්හැරීමේ) සංකල්පනාවය (2) අව්‍යාපාද (ද්වේශ නොකිරීමේ) සංකල්පනාව (3) අවිහිංසා (හිංසා නොකිරීමේ) සංකල්පනාව යන මෙය සම්‍යක් කල්පනාව යයි කියනු ලැබේ.

ලෞකික හා ලෝකෝත්තර සිතිවිලි

ආශ්‍රව සහිත වූ කුසලයන්ට අයත් වූ විපාක දෙන්නා වූ සම්‍යක් සංකල්පනාවක් ඇත. නිදොස් වූ ආශ්‍රව රහිත වූ ලෝකොත්තර මාර්ග අංගයක් වූ සම්‍යක් සංකල්පනාවක් ඇත. නිදොස් සිත් ඇත්තාහුගේ ආශ්‍රව රහිත සිත් ඇත්තහුගේ ආර්ය මාර්ගයෙන් යුක්ත වූවහුගේ ආර්ය මාර්ගය වඩන්නහුගේ යම් කල්පනාවක් වේ ද? විතර්කයක් වේද, සංකල්පනාවක් වේද?, අර්පණාවක් වේ ද? විශේෂයෙන් අරමුණට නැගීමක් වේද?, වාග් සංස්කාරයක් වේ ද? මෙය නිදොස් වූ ආශ්‍රව රහිත වූ ලෝකෝත්තර මාර්ග අංගයක් වූ සම්‍යක් සංකල්පනාවයි.

වෙනත් පියවර හා සංයුක්ත වූ

හෙතෙම මිථ්‍යා කල්පනාව, මිථ්‍යා කල්පනාවයයි දැන ගනී ද, සම්‍යක් කල්පනාව සම්‍යක් කල්පනා යයි දැන ගනී ද එය ඔහුගේ සම්‍යක් දෘෂ්ටිය වන්නී ය. හෙතෙම මිථ්‍යා කල්පනාව ප්‍රහාණය කිරීමට හා සම්‍යක් කල්පනාව වැඩීමට වෑයම් කෙරේ ද? එය ඔහුගේ සම්‍යක් ව්‍යායාමය වේ. හෙතෙම සිහියෙන් යුක්තව මිථ්‍යා කල්පනාව දුරු කෙරේ ද සිහියෙන් යුක්තව සම්‍යක් කල්පනාවට පැමිණ වාසය කෙරේ ද එය ඔහුගේ සම්‍යක් සිහිය වේ. එහෙයින් මේ ධර්මයෝ තිදෙන එනම් සම්‍යක් දෘෂ්ටිය, සම්‍යක් ව්‍යායාමය හා සම්‍යක් ස්මෘතිය සම්‍යක් කල්පනාව අනුව පවති.

තුන්වන පියවර
සම්‍යක් වචනය

සම්‍යක් වචනය නම් කවරේ ද?

බොරු කීමෙන් වැළකීම

[1]මේ ලෝකයේ ඇතැම් කෙනෙක් බොරු නොකියයිද සභාවකට ගියේ හෝ පිරිසකට ගියේ හෝ නෑයන් මැදකට ගියේ හෝ පිරිස් මැදකට ගියේ හෝ රජ කුලයක් මැදට ගියේ හෝ පමුණුවන ලද්දේ හෝ ''එම්බා පුරුෂය, එව යමක් දන්නෙහි නම් එය කියව.'' යි කියන ලද්දේ හෙතෙම යමක් නොදනී නම් ''නොදනිමි'' යි කියයි. දනි නම් ''දනිමි'' යි කියයි. යමක් දක නැතිනම් ''දක නැතැයි'' කියයි. දක ඇත්නම් ''දක ඇතැ''යි කියයි. මෙසේ තමන්ගේ වාසියක් හේතු කොට ගෙන හෝ අන්‍යයන්ගේ වාසියක් හේතු කොට ගෙන හෝ ආමිස ආදි කිසි ලාභයක් බලාපොරොත්තුවෙන් හෝ දන දන බොරු නොකියයි.

කේලාම් කීමෙන් වැළකීම

[2]හෙතෙම කේලාම් කීම අත්හැර කේලාම් කීමෙන් වෙන් වෙයි. මෙහි දී ඇසූ දේ භේදයකට හේතුවන සේ එහි දී නොකියයි. එහි දී ඇසූ දේ භේදයකට හේතුවන සේ මෙහිදී නොකියයි. හෙතෙම භේදවූවන් සමඟි වූවන් කරයි. සමඟි වූවන්ට එසේ සිටීමට අනුබල දෙයි. සමගිය ඔහු පිනවයි. මහත් සොම්නසට හා ප්‍රමෝදයට පත් කරයි. ඔහුගේ වචනවලින් ඔහු පතුරුවන්නේ සමගියයි.

පරුෂ වචනයෙන් වැළකීම

[3]පරුෂ වචන කීම අත්හැර පරුෂ වචන කීමෙන් වෙන් වෙයි. යම් ඒ වචනයක් මෘදු ද, කනට සැප ද, හෘදයංගම ද, ශිෂ්ටසම්පන්න ද, බොහෝ ජනයාට ප්‍රියමනාප එබඳු වචනයක් ම කියයි.

මජ්ඣිම නිකායේ අංක 21 දරන කොටසෙහි එන පරිදි බුදුරජාණන්වහන්සේ මෙසේ දේශනා කොට තිබේ.

''මහණෙනි, සොරුන් සහ මිනීමරුවන් විසින් තම අත් පා, හන්දි කපන ලද කල යමෙක් එයින් කෝපයට පත්වේ ද, හෙතෙම මාගේ අවවාදය නොපිළිපදී. එ මන්ද? ඔබ මෙසේ හික්මිය යුතු බැවිනි. අපගේ සිත් සන්සුන් විය යුතු යි. මුවින් අයහපත් වචනයකුදු පිට නොවිය යුතු යි. සැඟවුණු දුෂ්ට අදහසක් නොමැති මෛත්‍රී සහගත සිතින් යුතුව මහත් දයානුකම්පාවෙන් හා මිත්‍රත්වයකින් අප සිටිය යුතු යි.''

හිස් වචන කීමෙන් වැළකීම

[4]ප්‍රලාප දෙඩීම අත්හැර ප්‍රලාප දෙඩීමෙන් වෙන් වෙයි. හෙතෙම යමක් සුදුසු කල්හි කියයි. සිදු වූ දේම කියයි. යහපත් දේ කියයි. ධර්ම විනය කියයි. ඔහුගේ වචන නිධානයක් වැනිය. නිසි මොහොතෙහි කියන ලද්දකි. කරුණු සහිතයි. සීමිතයි. යහපතින් පරිපූර්ණයි. මෙය සම්‍යක් වචනයයි කියනු ලැබේ.

ලෞකික හා ලෝකෝත්තර වචනය

සම්‍යක් වචනය දෙවැදෑරුම් යයි කියමි. (1) බොරු කීමෙන් වැළකීම, කේලාම් කීමෙන් වැළකීම, පරුෂ වචන කීමෙන් වැළකීම, හිස් වචනයෙන් වැළකීම යන මෙය ලෞකික ඵල සහ සුබ විපාක ගෙන දෙන ස්වභාවය ඇති සම්‍යක් වචනයයි.

(2) චතුර්විධ වාග් දුශ්චරිතයන්ගෙන් වෙන්වීමක් වේ ද, වැඩියක් ම වෙන්වීමක් වේ ද, ප්‍රතිපක්ෂ ලෙස ම වෙන් වීමක් වේ ද, සම්පූර්ණයෙන් ඈත් වීමක් වේ ද, මෙය නිදොස් වූ ආශ්‍රව රහිත වූ ලෝකොත්තර මාර්ග අංගයක් වූ සම්‍යක් වචනය යි.

වෙනත් පියවර හා සංයුක්ත වන බව

මිථ්‍යා වචනය, මිථ්‍යා වචනයයි දනී ද සම්‍යක් වචනය, සම්‍යක් වචනයයි දනී ද ඒ සම්‍යක් දෘෂ්ටිය වෙයි. මිථ්‍යා වචනය ප්‍රහාණය කිරීමට හා සම්‍යක් වචනය වැඩීමට වෑයම් කෙරේ ද, එය සම්‍යක් ව්‍යායාමය වෙයි. සිහියෙන් යුක්තව මිථ්‍යා වචනය දුරු කෙරේ ද, සම්‍යක් වචනයට පැමිණ වාසය කෙරේ ද එය සම්‍යක් සිහිය වේ. මෙසේ සම්‍යක් දෘෂ්ටිය, සම්‍යක් කල්පනාව, සම්‍යක් ස්මෘතිය යන මේ ධර්මයෝ තිදෙන සම්‍යක් වචනය කැටුව, අනුව පවතිත්.

සතරවන පියවර
සම්‍යක් කම්මන්තය

සම්‍යක් කම්මන්තය නම් කවරේ ද?

ප්‍රාණඝාතයෙන් වැළකීම

මේ ලෝකයේ ඇතැම් කෙනෙක් සතුන් මැරීම අත්හැර සතුන් මැරීමෙන් වෙන් වූයේ ද, බහා තබන ලද දඬු ඇත්තේ බහා තබන ලද ආයුධ ඇත්තේ සියලු ප්‍රාණීන් කෙරෙහි දයාවෙන් අනුකම්පාවෙන් යුක්තව වාසය කරයි.

සොරකම් කිරීමෙන් වැළකීම

මේ ලෝකයෙහි ඇතැම් කෙනෙක් සොරකම් කිරීම අත්හැර සොරකම් කිරීමෙන් වෙන්වූයේ ද, ගමෙහි හෝ වනාන්තරයෙහි දි හෝ කෙනෙකු සතු වස්තුව හෝ බඩු බාහිරාදිය සොරසිතින් නොගනි.

කාම මිථ්‍යාචාරයෙන් වැළකීම

මේ ලෝකයේ ඇතැම් කෙනෙක් කාම මිථ්‍යාචාරය අත්හැර කාම මිථ්‍යාචාරයෙන් වෙන් වූයේ පියා විසින් රක්නා ලද හෝ මව විසින් රක්නා ලද හෝ සහෝදරයා විසින් රක්නා ලද හෝ සහෝදරිය විසින් රක්නා ලද

හෝ ඥාතීන් විසින් රක්නා ලද විවාහ වූ හෝ දඬුවම් නියම කරනු ලැබූ හෝ යටත් පිරිසෙයින් සරණ ගිවිසගත් හෝ යම් තැනැත්තියෙක් වේ ද, එබඳු වූවන් සමඟ මෛථුන සේවනයෙහි නොහැසිරෙන්නේ වේ. මෙය සම්‍යක් කම්මන්තය යි. සම්‍යක් කම්මන්තය වනාහි දෙවැදෑරුම් ය.

ලෞකික සහ ලෝකෝත්තර සම්‍යක් කම්මන්තය

ප්‍රාණඝාතයෙන් වෙන් වීම, අදත්තාදානයෙන් වෙන් වීම, කාම මිථ්‍යාචාරයෙන් වෙන් වීම, මෙය වනාහි ආශ්‍රව සහිත වූ පින් පක්ෂයට ඇතුළත් වූ යහපත් විපාක දෙන ස්වභාවය ඇත්තා වූ ලෞකික සම්‍යක් කම්මන්ත යයි කියනු ලැබේ.

ත්‍රිවිධ කාය දුශ්චරිතයන්ගෙන් වැඩියක් වෙන් වීමක් වේ ද, ප්‍රත්‍යක්‍ෂ ලෙසම වෙන් වීමක් වේ ද, සම්පූර්ණයෙන් ඈත් වේ ද මෙය නිදොස් වූ ආශ්‍රව රහිත ව ලෝකෝත්තර මාර්ගයක් වූ යහපත් ක්‍රියාවකි.

වෙනත් පියවර හා සංයුක්ත

වැරදි ක්‍රියාව වැරදි ක්‍රියාවයයි දැන ගනී ද, යහපත් ක්‍රියාව යහපත් ක්‍රියාව යයි දැන ගනී ද, එය සම්‍යක් දෘෂ්ටිය වේ. වැරදි ක්‍රියාවගේ ප්‍රහාණය පිණිස ද, යහපත් ක්‍රියාවට පැමිණීම පිණිස ද උත්සාහ කිරීම සම්‍යක් ව්‍යායාමය වේ. සිහියෙන් යුක්ත වූයේ වැරදි ක්‍රියාව අත්හැර යහපත් ක්‍රියාවට පැමිණ වාසය කිරීම සම්‍යක් සතිය වේ. මෙසේ මේ ධර්මයෝ තිදෙන යහපත් ක්‍රියාව අනුව පවතියි. එනම්, සම්‍යක් දෘෂ්ටිය, සම්‍යක් ව්‍යායාමය, සම්‍යක් සතිය යන තුනයි.

පස්වන පියවර
සම්‍යක් ආජීවය

[1]යහපත් දිවි පැවැත්ම නම් කවරේ ද? මේ ශාසනයෙහි ආර්ය ශ්‍රාවක තෙමේ වරද සහිත වූ ජීවත්වීම අත්හැර නිවැරදි වූ අන්දමින් ජීවිකාව කෙරේද, මේ යහපත් දිවි පැවැත්ම යයි කියනු ලැබේ.

මජ්ඣිම නිකායේ අංක 117 මෙසේ කියා ඇත. ''වංචාව, ද්‍රෝහිකම, බොරු සාස්තර කීම, කපටිකම හා පුරුදු කිරීම මේවා දුරාජීවය වේ. තවද අංගුත්තර නිකායෙහි v, 177 මෙසේ කියා ඇත. ශ්‍රාවකයා විසින් වැළකිය යුතු වෙළඳාම් පසක් ඇත. ආයුධ, මස්, රහමෙර, වස හා විස වෙළඳාම යනුවෙනි. යුධ භටයා, මාළු මරන්නා හා දඩයම් කරන්නා ආදින්ගේ රක්ෂා ද ඇතුළත් වේ.

යහපත් ආජීවය දෙවැදෑරුම් යයි කියමි

ලෞකික හා ලෝකෝත්තර වූ නිවැරදි ආජීවය

මේ ශාසනයෙහි ආර්ය ශ්‍රාවක තෙමේ මිථ්‍යා ආජීවය හැර සම්‍යක් ආජීවයෙන් දිවි පවත්වයි ද, මෙය ආශ්‍රව සහිත වූ පින් පක්ෂයෙහි ඇතුළත් වූ විපාක දෙන ස්වභාව ඇත්තා වූ සම්‍යක් ආජීවයයි. මිථ්‍යා ආජීවයෙන් වෙන්වීමක් වේ ද, වැඩියක් ම වෙන්වීමක් වේ ද, ප්‍රත්‍යක්ෂ ලෙස වෙන්වීමක් වේ ද, සම්පූර්ණයෙන් ඇත් වේ ද, මෙය නිදොස් වූ ආශ්‍රව රහිත වූ ලෝකෝත්තර මාර්ගයක් වූ සම්‍යක් ආජීවය යි.

වෙනත් පියවර හා සංයුක්ත

මිථ්‍යා ආජීවය මිථ්‍යා ආජීවයයි දැන ගනී ද, සම්‍යක් ආජීවය සම්‍යක් ආජීවයයි දැන ගනී ද, මෙය සම්‍යක් දෘෂ්ටිය වේ. මේ මිථ්‍යා ආජීවය පහකිරීමට ද, සම්‍යක් ආජීවයට පැමිණවීමට ද උත්සාහ කිරීම සම්‍යක් ව්‍යායාමය වේ. සිහියෙන් යුක්ත වූයේ මිථ්‍යා ආජීවය දුරුකර සම්‍යක් ආජීවයට පැමිණ වාසය කරයි ද, එය සම්‍යක් සතිය වේ. මෙසේ මේ ධර්මයෝ තිදෙන සම්‍යක් ආජීවය අනුව පවති. එනම්, සම්‍යක් දෘෂ්ටිය, සම්‍යක් ව්‍යායාමය, සම්‍යක් සතිය යන තුනයි.

සයවන පියවර

සම්‍යක් ව්‍යායාමය යනු කවරේද ව්‍යායාම සතරක් වේ. කවර සතරක් ද යත්, සංවරප්පධානය, ප්‍රහාණප්පධානය, භාවනාප්පධානය, අනුරක්ෂණප්පධානය යන සතරයි.

1. සංවරප්පධානය

සංවරප්පධානය යනු කවරේද? මේ ශාසනයෙහි මහණ තෙම නූපන් ලාමක අකුශල ධර්මයන්ගේ නොඉපදීම පිණිස කැමැත්ත උපදවයි ද, වෑයම් කරයි ද, විර්යය පටන් ගනී ද සිත යොදවයි ද, වීර්යය කරයි ද එයයි. මේ ශාසනයෙහි මහණ තෙමේ ඇසින් රූපයක් දක, කනින් ශබ්දයක් අසා, නාසයෙන් ගන්ධයක් ආඝ්‍රාණය කොට දිවෙන් රසයක් විඳ, කයින් පහසක් විඳ සිතින් ධර්මයක් දන නිමිති නොගන්නෙක් වේ. අනුව්‍යඤ්ජන නොගන්නක් වේ. චක්ෂුරාදි ඉන්ද්‍රියයන්හි අසංවර හැසිරෙන්නා වූ කෙරෙහි අභිජ්ඣා දොම්නස ලාමක අකුශල ධර්මයන් නැවත නැවත පහළ වන හෙයිනි. මොවුන්ගේ සංවරය පිණිස පිළිපදියි. චක්ෂුරාදි ඉන්ද්‍රියන් රකී. සංවරයට පැමිණේ.

2. ප්‍රහාණප්පධානය

ප්‍රහාණප්පධානය කවරේ ද? මේ ශාසනයෙහි මහණතෙම උපන්කාම, විතර්කය නො ඉවසයි ද, දුරු කරයි ද, අත්හරියි ද, එපාවූවක් කරයි ද, අභාවයට පමුණුවයි ද, උපන් විහිංසා විතර්කය, නො ඉවසයි ද, දුරු කරයි ද, අත්හරී ද, පහවූවක් කරයි ද අභාවයට පමුණුවයි ද, උප නූපන් ලාමක අකුශල කර්මයන් නොඉවසයි ද, දුරු කරයි ද අත්හරි ද, පහවූවක් කරයි ද, අභාවයට පමුණුවයි ද මේ ප්‍රහාණප්පධානයයි කියනු ලැබේ.

පාප චේතනාවන් පළවා හරින ක්‍රම පහක්

යම් අරමුණක් මෙනෙහි කරන්නා වූ භික්ෂුවට ලෝභ සහගත වූ ද, දෝෂ සහගත වූ ද මෝහ සහගත වූ ද ලාමක අකුශල කල්පනා උපදී ද එවිට ඒ භික්ෂුව විසින් 1 කුසල් සහිත අන් අරමුණක්, මෙනෙහි කළ යුතු ය. 2. නැතහොත් ඒ කල්පනාවන්ගේ ආදීනව මෙනෙහි කළ යුතුයි. මේ කල්පනාවෝ අකුශල් ය. වරද සහිතය දුක් වූ විපාක ඇත්තෝය යනුවෙනි. 3. නැතහොත් ඒ කල්පනා මෙනෙහි නොකිරීමට, අමතක කිරීමට පැමිණිය යුතුයි. 4. නැතහොත් ඒ කල්පනාවන්ගේ සංඛත භාවය ගැන මෙනෙහි කළ යුතුයි. 5. එසේත් නැතහොත් ඒ භික්ෂුව විසින් දත්වලින් දත් තදකොට දිවෙන් තලු තද කොට ගෙන (දත්මිටි කාගෙන) සිතින් සිතා ඒ කල්පනා පෙළිය යුතුයි. මුලිනුදුරා දැමිය යුතු යි. එවිට ලෝභ සහගත වූ ද, දෝෂ සහගත වූ ද, ඒ ලාමක අකුශල කල්පනාවෝ පහවෙත්. ඔවුන්ගේ පහ වීම හේතුකොට ගෙන සිත සැනසීමකට පැමිණේ. එකඟ භාවයකට පැමිණේ. සමාධියට පැමිණේ.

3. භාවනාප්ප්‍රධානය

භාවනාප්ප්‍රධානය කවරේද? මේ ශාසනයෙහි මහණතෙම නූපන් කුසල ධර්මයන්ගේ ඉපදීම පිණිස වෑයම් කරයි. වීර්යය පටන් ගනියි, සිත යොදවයි, එසේ කරන්නේ විවේකය, විරාගය, නිරෝධය සංඛ්‍යාත පදස්ථාන කොට ඇත්තා වූද, නිවන අත්ත කොට ඇත්තා වූ ද නිවන ඇසුරු කළ විදර්ශනාවය, මාර්ගයය, බොජ්ඣංග ධර්ම නැමති ස්මෘති, ධර්මවිචය, වීර්යය, ප්‍රීතිය, පස්සද්ධිය සමාධිය උපෙක්ෂාව, යන මේ ධර්ම වඩයි. මේ භාවනාප්ප්‍රධානයයි කියනු ලැබේ.

4. අනුරක්ෂණප්ප්‍රධානය

අනුරක්ෂණප්ප්‍රධානය යනු කවරේද? මේ ශාසනයෙහි මහණ තෙම උපන් කුශල ධර්මයන්ගේ ස්ථිතිය පිණිස, නුමුළා බව පිණිස, වැඩීම පිණිස, විපුලභාවය පිණිස, සම්පූර්ණ වීම පිණිස සිත යොදවයි ද, වෑයම් කරයි ද, වීර්යය පටන් ගනී ද එයයි. මේ ශාසනයෙහි මහණතෙම

උපන්නා වූ අෂ්ටික සංඥාව ඇටසැකිල්ල යන සංඥාව පුලවක සංඥාව (පණුවන්ගෙන් ගැවසී ගත්තේය යන සංඥාව) නීලක සංඥාව (ඉතා නිල් පැහැවූ මළකුණ යන සංඥාව) විපුබ්බක සංඥාව (සැව පිරුණු) මළකුණ යන සංඥාව විච්ඡිද්දක සංඥාව (සිදුරු සැදුණු මළකුණ යන සංඥාව) උද්ධුමාතක සංඥාව (ඉදිමී ගිය මළකුණ යන සංඥාව) යන යහපත් සමාධි නිමිති සිතෙහි දැඩි වශයෙන් තබා ගනී ද මේ අනුරක්ෂණප්ප්‍රධානයයි කියනු ලැබේ. මහණෙනි, ශාස්තෘන් වහන්සේගේ අනුශාසනා අවබෝධ කර ගත් සැදැහැවත් කුල පුත්‍රයාට මෙබඳු අධිෂ්ඨානයක් වේ. ඒකාන්තයෙන් මගේ ශරීරයෙහි සම, ඇට, නහර මැලවී ය තත් පුරුෂ වීර්යකින් පුරුෂ පරාක්‍රමයකින් යමකට පැමිණිය හැකි ද, ඊට නොපැමිණ, වීර්යයාගේ අත්හැරීමක් නොවන්නේ ය. මෙය සම්‍යක් ව්‍යායාමය වේ.

සංවරය ද, ප්‍රහාණය ද, භාවනාව ද, අනුරක්ෂණය ද යන මේ ප්‍රධානයන් සතර ආදිච්චබන්ධු වූ (සූර්යයාගේ නෑයා වූ) ඒ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ විසින් දෙසන ලදි. යම් කිසිවෙක් එය පිළිපදිද්ද ශාස්තෘන් වහන්සේ අනුශාසනය කරන්නා වූ ඔවුහු දුක් කෙළවර කරන්නාහු ය.

සත්වන පියවර

සම්‍යක් සතිය යනු කවරේ ද?

සතර සතිපට්ඨානය

සම්‍යක් සතිය නම් කවරේ ද? සියලු සත්ත්වයන්ගේ විශේෂ පිරිසිදු බව පිණිස ද, ශෝක කිරීම, වැලපීම යනාදියන්ගේ ඉක්මවීම පිණිස ද, කයෙහි හට ගන්නා දුක් ද, සිතෙහි හට ගන්නා දුක් ද යන මොවුන්ගේ අස්තයට (බැසීමට) යාම පිණිස ද ඤාය නම් ලද ආර්ය මාර්ගයට පැමිණීම පිණිස ද, නිර්වාණය අවබෝධ කිරීම පිණිස ද, එකම මාර්ගයක් වෙයි. එනම් සතර සතිපට්ඨාන ධර්මයයි.

ඒ සතර සතිපට්ඨාන ධර්ම කවරහුද යත් මේ ශාසනයෙහි මහණතෙම කෙලෙස් තවන වීර්යය ඇතිව, යහපත් ප්‍රඥාව ඇතිව, සිහියෙන් යුක්ත ව දැඩි ලෝභය ද, දොම්නස ද දුරු කොට මේ කයෙහි, කය අනුව දක්නා ස්වභාවය ඇතිව වාසය කෙරේ ද, විඳීම් කෙරෙහි විඳීම් අනුව දක්නා ස්වභාවය ඇතිව වාසය කෙරේ ද, සිත් කෙරෙහි සිත් අනුව දක්නා ස්වභාවය ඇතිව වාසය කෙරේ ද, ධර්මයන් කෙරෙහි ධර්ම අනුව දක්නා ස්වභාවය ඇතිව වාසය කෙරේ ද එයයි.

1. කායානුපස්සනාව (කය අනුව දකිමින් වාසය කිරීම) (සසර භය දක්නා අර්ථයෙන් භික්ෂු නම් වූ) යම්කිසි යෝගාවචරයෙක් තෙම කෙසේ නම් කයෙහි කය අනුව බලමින් වාසය කරන්නේ ද යත් ඃ

2. ආනාපානාසති (ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස අනුව සිහිය වැඩීම) මේ ශාසනයෙහි මහණ තෙම කැලයට ගියේ හෝ ගසක් මුලකට ගියේ හෝ හිස් ගෙයකට ගියේ හෝ පර්යංකය බැඳ (එරමිණිය ගොතා) කය කෙළින් පිහිටුවා ගෙන සිහිය ඉදිරිපත් කොට තබාගෙන හිඳියි. හෙතෙම සිහියෙන් ම ආශ්වාස කරයි. සිහියෙන් ම ප්‍රශ්වාස කරයි. දීර්ඝ කොට ආශ්වාස කරන්නේ ''දීර්ඝ කොට ආශ්වාස කරමි.'' යි දනියි. දීර්ඝ කොට ප්‍රශ්වාස කරන්නේ ''දීර්ඝ කොට ප්‍රශ්වාස කරමි.'' යි දනියි. ලුහුඬු කොට (ඉක්මනින්) ආශ්වාස කරන්නේ ''ලුහුඬු කොට ආශ්වාස කරමි.''යි දනියි. ලුහුඬු කොට ප්‍රශ්වාස කරන්නේ ලුහුඬු කොට ප්‍රශ්වාස කරමියි දනියි. සියලු (හුස්ම) කය පැහැදිලිව හැඟිමින් කරන්නෙමි යි සිතා හෙතෙම එය පුරුදු කරයි. මේ කාය සංස්කාරය සංසිඳුවමින් ආශ්වාස කරන්නෙමි යි සිතා එය පුරුදු කරයි. මේ කාය සංස්කාරය සංසිඳුවමින් ප්‍රශ්වාස කරන්නෙමියි සිතා එය පුරුදු කරයි.

මෙසේ තමාගේ කයෙහි හෝ අනුන්ගේ කයෙහි හෝ තමන්ගේ සහ අනුන්ගේ කයෙහි හෝ ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස නුවණින් දකිමින් වාසය කරයි. ආශ්වාස ප්‍රශ්වාසයන්ගේ හට ගැනීම, නැතිවීම, හට ගැනීම හා විනාශ වීම දකිමින් වාසය කරයි. ආශ්වාස, ප්‍රශ්වාස දෙක ඇත්තේ ය.

ඒ හැර ජීවත් වෙන සත්ත්වයෙක්, හෝ පුද්ගලයෙක් නැත්තේය යි මනා කොට සිහිය පිහිටියේ වෙයි. තණ්හා දෘෂ්ටියෙන් දුරුව වසන්නෙක් ද වේ. එහෙයින් සත්ත්ව ලෝකයෙහි කිසි රූපාදියක නො ඇලී වසන්නෙක් ද වේ. මෙසේ මහණ තෙම කයෙහි කය අනුව දකිමින් වාසය කරයි.

> ''කයක් නම් ඇත. එහෙත් එය ජීවමාන සත්ත්වයෙක් හෝ පුද්ගලයෙක් හෝ ස්ත්‍රියක හේ පුරුෂයෙක් හෝ ආත්මයක් හෝ ආත්මයකට අයිති දෙයක් හෝ කෙනෙක් හෝ කෙනෙකුට අයිති දෙයක් හෝ නොවේය.'' (ව්‍යාඛ්‍යාණය)

''ආනාපානා සතිය'' වනාහි භාවනා කිරීමේ ඉතාම වැදගත් අභ්‍යාසවලින් එකකි. එය වනාහි ධ්‍යාන සතරට පැමිණීම එනම්, සමථය වැඩීම සඳහා හෝ විපස්සනාව වැඩීම සඳහා හෝ මේ දෙකම වැඩීම සඳහා හෝ ප්‍රයෝජනවත් කරගත හැකි ය. මෙහි සතිපට්ඨානයෙහි දී එය වනාහි මෙහි පහත දැක්වෙන පරිදි විපස්සනාව වැඩීමට සමථය හා සිත එකඟ කර ගැනීම සඳහා ප්‍රධාන වශයෙන් අදහස් කරන ලදී.

ආනාපාන සතිය නොකඩවා ප්‍රගුණ කිරීමෙන් පසු එක්තරා ප්‍රමාණයක සමථයක් හා සිත එකඟ කර ගැනීමක් හෝ ධ්‍යානවලින් එකක් හෝ ලැබීමෙන් පසු ශ්‍රාවකයා ආශ්වාස ප්‍රශ්වාසයේ ප්‍රභවය සෙවීම සඳහා යෙදෙයි. සතර මහා භූතයන්ගෙන් සමන්විත වූ මේ කය හා ඉන් බිඳුණු පංචෙන්ද්‍රියාදි නොයෙක් දේ අනුව වේ. ආශ්වාසය හා ප්‍රාශ්වාසය හට ගන්නා බවද ඔහුට පෙනී යයි. පංචවේදිතයන්ගෙන් හට ගැනීම් ලදුව, විඥානය ද, ඒ හා සමඟ වේදනා, සංඥා, සංස්කාර නැමති ස්කන්ධ තුන ද පහළ වේ. එබැවින් භාවනායෝගී පුද්ගලයාට පෙනී යනුයේ මේ පුද්ගලත්වය නොයෙකුත් හේතූන්ගෙන් හට ගැනුණා වූ කායික හා චෛතසික ක්‍රියා පද්ධතියක් මිස එහි ආත්මයක් හෝ යමෙකු නොමැති බවයි. එතැන් පටන් ඔහු මෙය අනිත්‍ය දුක්ඛ, අනාත්ම, වශයෙන් මෙනෙහි කරයි.

(ආනාපානසතිය පිළිබඳ වැඩි විස්තර සඳහා ම 11S 62 ද, වි : මා viii 3 ද බලන්න.)

සතර ඉරියව්

තවද, යෝගාවචරතෙම යන්නේ හෝ මම යමියි දනියි. සිටියේ හෝ ''මම සිටියෙමි.'' යි දනියි. හුන්නේ හෝ ''මම හුන්නෙමි.'' යි දනියි. සයනය කරන්නේ හෝ ''මම සයනය කරමි'' යි දනියි. ඔහුගේ කය වනාහි යම් යම් ඉරියව්වකින් පිහිටුවන ලද ද ඒ බව පරමාර්ථ වශයෙන් දනියි. යන්නාවූ හෝ සිටින්නා වූ හෝ හිඳින්නා වූ හෝ සයනය කරන්නා වූ හෝ ජීවමාන සත්වයෙකු හෝ ආත්මයක් නොමැති බව ද ''මම යමි'' ''මම සිටිමි'' ''මම හිඳිමි'' ''මම සයනය කරමි'' වශයෙන් කියා සිටින්නේ සම්මුති වාග් ව්‍යාවහාරය අනුව බවද හොඳින් දනියි.

(ව්‍යාඛ්‍යානය)

සති සම්පජන්නය

තවද යෝගාවචරතෙම ඉදිරියට යාමෙහි ද, ආපසු ඊමෙහි ද, සිහිනුවණින් කරන්නෙක් වේ. ඉදිරිපස බැලිමෙහි ද, පිටිපස බැලීමෙහි ද, සිහිනුවණින් කරන්නෙක් වේ. සිරුර හැකිලීමේහි ද, දිගු කිරීමෙහි ද, සිහිනුවණින් කරන්නෙක් වේ. පාත්‍ර සිවුරු දැරීමෙහි ද සිහිනුවණින් කරන්නෙක් වේ. අනුභව කිරීමෙහි ද, පානය කිරීමෙහි ද, සැපීමෙහි ද, රස බැලීමෙහි ද, සිහිනුවණින් කරන්නෙක් වේ. මල මූත්‍ර පහකිරීමෙහි ද, හිඳීමෙහි ද, නින්දට වැටිමෙහි දී ද, නින්දෙන් පිබිදීමෙහි ද, කථා කිරීමෙහි ද, කථා කිරීමෙහි ද, සිහිනුවණින් ඒ කෘත්‍ය පවත්වන්නේ මෙසේ තමාගේ කයෙහි කය අනුව බලමින් වාසය කරයි.

ශ්‍රාවකයා කරන සෑම දෙයක දී ම 1. ඔහුගේ පරමාර්ථය 2. ඔහුට එයින් ඇති ලාභය 3. ඔහුගේ යුතුකම හා 4. යථා තත්ත්වය ගැන පැහැදිලි අවබෝධයක් ඇත.

පටික්කූල සංඥා (පිළිකුල් සංඥා)

තවද යෝගාවචර තෙම පාදාන්තයෙන් උඩ හිසකේ මස්තකයෙන් යට සම අන්ත කොට ඇති නානා විධ අසූචියෙන් පිරුණු මේ කයම නුවණින් සලකා බලයි. කෙසේද යත් ඃ මේ කයෙහි හිසකෙස් ය, ලොම් ය, නියපොතු ය, දත් ය, හම ය, මස්පිඬු ය, නහරය, ඇටය, ඇට මිඳුළු ය, වකුගඩු ය, අක්මාව ය, හෘදය මාංසය, දලබුවය, බඩ දිවය, පපු මසය, පෙනහැලි ය, බඩවැල ය, ආමාශයෙහි නොදිරූ අහරය, මලය, පිතය, සෙමය, සැරව ය, ලෙහෙ ය, ඩහදිය ය, මේද තෙල ය, කඳුළු ය, වුරුණු තෙල ය, කෙළ ය, සොටු ය, සඳ මිදුළු ය, මූත්‍ර ය යන මේ කුණපයෝ ඇත්තාහ. නොයෙක් ආකාර වූ ධාන්‍යයන්ගෙන් පුරවන ලද උඩ යටි දෙපැත්තේ කටවල් දෙකක් ඇති මල්ලක් වේද, ඇස් ඇති පුරුෂයෙක් ඒ ධාන්‍ය පිරුණු මල්ල මේ හැල්ය, මේ මහවිය, මේ මුංය, මේ මෑය, මේ තලය, මේ සහල් යයි යම් සේ මෙනෙහි කරන්නේ ද, එපරිද්දෙන් ම යෝගාවචර තෙම මේ කයම නුවණින් සලකා බලයි.

සතර මහා භූතයන්ගේ විග්‍රහය

තවද යෝගාවචර තෙම මේ ශරීරයේ සිටියේ ද, යම් සේ පිහිටු වන ලදද, එසේ ධාතු වශයෙන් සලකා බලයි. මේ කය පඨවි ධාතුව (තද ගතිය) ආපෝ ධාතුව (දියර ගතිය) තේජෝ ධාතුව (උණු ගතිය) වායෝ ධාතුව (චලන ගතිය) යන ධාතුන්ගෙන් යුක්තය කියා යි. යම් සේ දක්ෂ වූ ගවයින් මරන්නෙක් හෝ ගවයන් මරන්නෙකුගේ අතවැසියෙක් හෝ ගවයෙකු මරා කොටස් වශයෙන් වෙන් වෙන් කොට බෙදා සතර මංසන්ධියෙහි හිඳී ද එසේ ම භික්ෂුව මේ කය ධාතු වශයෙන් නුවණින් සලකා බලයි. විසුද්ධිමග්ගයෙන් xiii 2 හි මේ උපමාව පහත සඳහන් අයුරෙන් විස්තර කොට ඇත.

ගවයන් මරන්නෙකු එළදෙනක ඇති දැඩි කරන විට ද ඇය මරණ තැනට ගෙනෙන විට ද කණුවක බඳින විට ද නැගිටුවන විට ද මරණ විට දී ද මළදෙන දෙස බලන විට ද, මේ සියලු කාලයන්හි දී ඔහු තුළ

මේ එළදෙනක යන හැඟීමක් පවතී. එසේ මරණ ලද දෙන මස් කළ කලද ඒවා කොටස්වලට කපා කොටා වෙන් කළ කල ද, තවද ඒ විකිණීම සඳහා හිඳ ගත් කල ''මේ දෙනය'' යන හැඟීම ඔහුගේ සිතෙන් නැතිවී යයි. ''මේ මස්ය'' යන හැඟීමක් ඇති වෙයි. තමා දෙනෙකු විකුණන්නේ යයි ද මිනිසුන් දෙනෙකු මිලයට ගන්නේ යයි ද කියා ඔහු නොසිතයි.

එමෙන් ම සිය කය සියුම් නුවණින් පරීක්ෂා කිරීමෙන් සිය මනසෙන් කපා කොටා එය සතර මහා භූතයන්ගෙන් සැදුණු දෙයක් යයි අවබෝධ කරගන්නා තෙක් සත්ත්වයා මිනිසා ය. පුද්ගලයා ය යන හැඟීම් ගිහියෙකු හෝ පැවිද්දෙක් අඥාන පෘථග්ජනයෙකු තුළ නැති නොවන්නේ ය. තමා එසේ කළ කල්හි එම හැඟීම් නැති වී ගොස් සිය කය සතර මහා භූතයන්ගෙන් සැදුණු දෙයකැයි යන හැඟීම් තරයේ පිහිටා ගනී.

අසුබ භාවනාව

තවද යෝගාවචරතෙම මැරී එක දවසක් ගියා වූ හෝ දෙදවසක් ගියා වූ හෝ තුන් දවසක් ගියා වූ හෝ ඉදිමුණා වූ නිල් වූ, සැරව වැගිරෙන්නා වූ සොහොනෙහි දමන ලද මළමිනියක් යම් සේ දකි ද ඒ මහණ තෙමේ තමාගේ කය ''මෙබඳු වූ ස්වභාවය ඇත්තේ ය. මෙබඳු වූ ස්වභාවයය පැමිණෙන්නේ ය. මෙබඳු වූ ස්වභාව නොඉක්ම සිටි.'' කියා තමාගේ කයෙහි කය අනුව බලමින් වාසය කරයි.

තව ද යෝගාවචරතෙම උකුස්සන් විසින් හෝ බල්ලන් හිවලුන් විසින් හෝ නොයෙක් සතුන් විසින් හෝ කනු ලබන්නා වූ අමු සොහොනෙහි දමන ද මළ මිනියක් යම් සේ දකී ද හෙතෙම මෙනෙහි කරයි. ''මේ මාගේ කය මෙබඳු වූ ස්වභාව ඇත්තේ ය. මෙබඳු වූ ස්වභාවය, පැමිණෙන්නේය. මෙබඳු වූ ස්වභාව නොඉක්මවා සිටි.'' කියායි.

තව ද යෝගාවචරතෙම ලේ මස් සහිත වූ නහරින් බැඳුණු ඇට සැකිල්ලක් වූ සොහොනෙහි දමන ලද, මළමිනියක් හෝ දකී ද හෙතෙම

මෙනෙහි කරයි. ''මේ මාගේ කය මෙබඳු වූ ස්වභාව ඇත්තේය. මෙබඳු වූ ස්වභාවයට පැමිණෙන්නේ ය. මෙබඳු වූ ස්වභාව නොඉක්මවා සිටී.'' කියායි.

තව ද යෝගාවචරතෙම ලේ මස් සහිත වූ නහරින් බැඳුණු ඇටසැකිල්ලක් වු සොහොනෙහි දමන ලද, මළමිනියක් හෝ මස් නැති ලෙයින් වැකුණු, නහරින් බැඳුණු ඇටසැකිල්ලක් වූ සොහොනෙහි දමන ලද මළමිනියක් හෝ මස් ලේ දෙකින් තොරවූ නහරින් බැඳුණු ඇටසැකිල්ලක් වූ සොහොනෙහි දමන ලද මළමිනියක් හෝ නහර බැම්වලින් මිදුණු දිශා අනුදිශාවන්හි විසිරුණු ඇට කැබලි ද, වෙනත් දිශාවක විසිරුණු පා ඇට ද වෙන දිසාවක විසිරුණු කෙණ්ඩා ඇට ද, වෙන දිශාවක විසුරුණු කළවා ඇට ද වෙන දිශාවක විසුරුණු කටී ඇට ද, වෙන දිශාවක විසිරුණු පිටකටු ද, වෙන දිශාවක විසුරුණු හිස් කැබලි ද ඇතිව සොහොනෙහි දමන ලද මළමිනියක් යම් සේ දකී ද, ඒ යෝගාවචරතෙම කයද, නුවණින් බලන්නේ ''මාගේ මේ කය ද මෙබඳු ස්වභාව ඇත්තේ ය. මෙබඳු ස්වභාවයට පැමිණෙන්නේ ය. මෙබඳු ස්වභාව නොඉක්ම සිටී.'' කියා මෙනෙහි කරයි.

මෙසේ තමන්ගේ කයෙහි හෝ අනුන්ගේ කයෙහි හෝ තමන්ගේ හා අනුන්ගේ කයෙහි හෝ කය අනුව බලමින් වසයි කය ඇතිවන සැටි ද බලමින් කය නැතිවන සැටි ද කයේ ඇතිවීම හා නැතිවීම ද දකියි. කයක් ඇත යන සිහිය හොඳින් පිහිටුවන ලද්දේ ඥානයාගේ වැඩීම පිණිස ද, සිහිය වැඩීම පිණිස ද පවති යි. මෙසේ වාසය කරන්නේ මේ ලෝකයෙහි කිසිවක් ආත්ම වශයෙන් නොගනි යි. යෝගාචරතෙම කයෙහි කය අනුව බලමින් වාසය කරයි.

කායානුපස්සනාව, හේතුකොටගෙන ඒකාන්තයෙන් ලැබිය හැකි ආනිසංස දසය.

මෙසේ සේවනය කරන ලද්දාවූ වඩන ලද්දා වූ පුරුදු කරන ලද්දා වූ, යානාවක් මෙන් කරන ලද්දා වූ, පිහිටක් බවට පමුණුවන ලද්දා වූ, නැවත නැවත කරන ලද්දා වූ, පුරුදු කරන ලද්දා වූ බලවත් සේ ආරම්භ කරන ලද්දා වූ කාය ගතා සතියෙහි මේ ආනිසංශ දසයක් ඇත්තාහ. කවර දශයක් ද යත් :

1. කම් සැපයෙහි ඇලීම ද, කුශල ධර්මයන්හි නො ඇලීම ද, මැඩ පවත්වන්නේ වේ. ඒ කුශල ධර්මයන්හි නොඇලීම නො ඉවසයි. හටගත් (කුශල ධර්මයන්හි) නො ඇලීම මැඩ වාසය කරයි.

2. භයානක අරමුණු මැඩපවත්නේ වේ. උපන් භයානක අරමුණු මැඩ වාසය කරයි.
3. ශීතයේ ද, උෂ්ණයේ ද, සාගින්නේ ද, පිපාසයාගේ ද, මැස්සන්ගේ ද, මදුරුවන්ගේ ද, වාතයේ ද, අව්රශ්මියේ ද සර්පයන්ගේ ද, ස්පර්ශ ඉවසන්නේ වේ. නොමනාසේ කියන ලද, නපුරු කොට කියන ලද, වචන ඉවසන්නේ වේ. හට ගත්තා වූ, දුක් වූ, තියුණු වූ, කුරිරු වූ, කටුක වූ, නොමිහිරි වූ, අමනාප වූ, ජීවිතයට අන්තරාකාරී වූ කායික වේදනාව ඉවසන්නෙක් වේ.

4. මේ ආත්ම භාවයෙහි දී ම සිත පිරිසිදු කොට සැප ගෙන දෙන්නා වූ ධ්‍යාන සතර සිත් සේ ලබන්නේ අමාරුවක් නැතිව පහසුවෙන් ධ්‍යාන සුවය විඳී.

ඍද්ධි විධි සය

5. නොයෙක් ඍධි විධි ලබන්නේ ය.

6. පිරිසිදු වූ ද මිනිසත් බව ඉක්ම පැවැත්තා වූ ද දිව කනින්, දිව්‍යමය වූ ද, මනුෂ්‍යමය වූ ද, දුර වූ ද, ළඟ වූ ද, යන දෙවැදෑරම් ශබ්දයන් අසන්නේ ය.

7. සිතින් අන්‍ය සත්ත්වයන්ගේ සිත් දන්නා නුවණ ලබන්නේ ය.

8. නන් වැදෑරුම් වූ පෙර විසූ තැන් දන්නා නුවණ ලබන්නේ ය.

9. පිරිසිදු වූ ද මිනිසත් බව ඉක්ම වූ ද දිව ඇසින් මැරෙන්නා වූ ද, උපදින්නා වූ ද, හීන වූ ද, උසස් වූ ද, යහපත් වර්ණවත් වූ ද, දුර්වර්ණවත් වූ ද, යහපත් ගති ඇත්තා වූ ද, කර්ම වූ පරිදි මිය පරලොව යන්නා වූ ද සත්ත්වයන් දකින්නේ ය.

10. ආශ්‍රව නැතිවීමෙන් මේ ආත්ම භාවයේදී ම මෙම විමුක්තියත් පඤ්ඤා විමුක්තියත් විශේෂ නුවණින් දැන ප්‍රත්‍යක්ෂ කොට ඊට පැමිණ වාසය කරන්නේ ය.

මෙහි දැක් වූ ආනිසංස හය වනාහි 5 සිට 10 මානසික ශක්තින් නමින් හෙවත් අභිඤ්ඤා නමින් හැඳින්වෙන ඒවා ය. මේවායින් පළමුවැනි පස ලෞකික තත්ත්වයෝ ය. එහෙයින් පෘථග්ජනයෙකුට වුව ද ඒවා ලබාගත හැකි ය. එහෙත්, අවසාන අභිඤ්ඤා පස ලෝකෝත්තර තත්ත්වයක් වනු පමණක් නොව රහත් තත්ත්වයේ පමණක් ලක්ෂණයක් ද වේ. කෙනෙකුට ලෞකික අභිඤ්ඤා පස ගැනීමට සම්පූර්ණයෙන් හැකිවන්නේ චතුර්ථ ධ්‍යානයක් ලබාගත් පසුවය. ඍද්ධිපාද හෙවත් ඍද්ධියට මුල්වන ද සතරෙකි. එනම්, ඡන්දිඬිපාද, වීර්යපාද, චිත්තපාද හා විමංසපාද යනුයි.

වේදනානුපස්සනාව

යෝගාවචර තෙම වේදනාවන් කෙරෙහි ඒ ඒ වේදනාවන් අනුව නුවණැස මෙහෙයා බලමින් කෙසේ වාසය කරයිද? සැප වේදනාවක් විඳින්නේ ''සැප වේදනාවක් විඳිමි.'' යි දනී. දුක් වේදනාවක් විඳින්නේ ''දුක් වේදනාවක් විඳිමි.'' යි දනි. දුක ද නොවූ සැප ද නොවූ උපෙක්ෂා වේදනාවක් විඳින්නේ ''දුක ද නොවූ සැප ද නොවූ උපේක්ෂා වේදනාවක් විඳිමි.'' යි දනි. පඤ්චකාම නිශ්‍රිත වූ දුක් වේදනාවක් විඳින්නේ හෝ නෛෂ්ක්‍රමය නිශ්‍රිත වූ (කුසල පක්ෂගත) දුක් වේදනාවක් විඳින්නේ හෝ පඤ්චකාම නිශ්‍රිත වූ උපේක්ෂා වේදනාවක් විඳින්නේ හෝ නෛෂ්ක්‍රම්‍ය නිශ්‍රිත වූ උපේක්ෂා වේදනාවක් විඳින්නේ හෝ එසේ විඳිමි යි දනියි.

මෙසේ තමන්ගේ වේදනාවන් කෙරෙහි හෝ අනුන්ගේ වේදනාවන් කෙරෙහි හෝ තමන්ගේ හා අනුන්ගේ වේදනාවන් කෙරෙහි හෝ වේදනාවන් අනුව බලමින් වාසය කරයි. ඒ වේදනාවන් උපදින ස්වභාවය දක්නේ හෝ එම වේදනාවන්ගේ විනාශ වන ස්වභාවය හෝ දක්නේ වේදනාවන් අනුව බලමින් වාසය කරයි. එම වේදනාවන්ගේ ද කලෙක ඉපදීම කෙලක නැසීම වශයෙන් දක්නේ හෝ වේදනාවන් කෙරෙහි වේදනාවන් අනුව බලමින් වාසය කරයි. එසේ කරන්නා වූ ඒ යෝගාවචරයා හට ''වේදනාවෝ (අස්ථිර වූ) ඇත්තෝය. යන සිහිය හොඳින් පිහිටුවන ලද්දේය. ඒ සිහිය ඥානයාගේ වැඩීම පිණිස, සිහියගේ වැඩීම පිණිස ද පවතී. ඒ නව විධ වේදනාවන්ගෙන් දුරුව වාසය කරයි. මේ ලෝකයෙහි කිසි වේදනාදියක් ස්ථිර වශයෙන් නොගෙන වේදනාවන් කෙරෙහි වේදනාවන් අනුව බලමින් වාසය කරයි.

> ''මට දැනේ.'' යන කීම සම්මුති ව්‍යවහාර වශයෙන් කියන කීමක් මිස, එය වලංගු නැති එකක් බව බුද්ධ ශ්‍රාවකයාට වැටහේ. පරමාර්ථ වශයෙන් ගන්නා කළ ඇත්තේ වේදනා පමණක් බව ද ආත්මයක් හෝ වේදනා විඳින්නෙකු හෝ නැති බව ඔහු වටහා ගනී.

චිත්තානුපස්සනාව

යෝගාවචරතෙම සිතෙහි සිත අනුව බලමින් කෙසේ වාසය කරයිද? මේ ශාසනයෙහි යෝගාවාචරතෙම සරාග (අටවැදෑරුම් වූ) ලෝභ සහගත සිත ලෝභ හා එක්වූ සිත යයි ද දනි යි. පහවූ ලෝභය ඇති සිත පහ වූ ලෝභය ඇති සිත යයි දනි යි. දේවේශ සහගත සිත, ද්වේෂ සහගත සිතයයි දනි යි. පහ වූ ද්වේෂය ඇති සිත පහ වූ ද්වේෂය ඇති සිත යයි දනි යි. මෝහ සහගත සිත මෝහ සහගත සිත යයි දනි යි. පහවූ මෝහ ඇති සිත පහවූ මෝහ ඇති සිත යයි දදනි යි. සංක්ෂිප්ත (හැකිල සිටි) සිත සංක්ෂිප්ත (ඇකිල සිටි) සිතයයි දනි යි. වික්ෂිප්ත (විසිර පවත්නා) සිත හෝ වික්ෂිප්ත (විසිර පවත්නා) සිත යයි දනි යි. සවුත්තර සිත සවුත්තර සිත යයි දනි යි. අනුත්තර සිත අනුත්තර සිත යයි දනි යි.

සමාහිත සිත සමාහිත සිත යයි දනි යි. අසමාහිත සිත අසමාහිත සිතයය දනි යි. විමුක්ති සිත විමුක්ති සිත යයි දනි යි. අවිමුක්ති සිත අවිමුක්ති සිත යයි දැනගනී.

> චිත්ත (හෙවත් සිත) යන පදය මෙහි යෙදී ඇත්තේ සිත් හෝ විඥානයේ අවස්ථා සඳහා යෙදෙන සමුදයාර්ථවත් පදයක් ලෙසිනි. විඥානයම යන අර්ථය ගෙන දෙන ''චිත්ත'' යන්න සිතුවිල්ල වශයෙන් ගෙන පරිවර්තනය නොකළ යුතු ය. ''සිතුවිල්ල'' හා ''සිතීම'' වනාහි සංස්කාර ස්කන්ධයට අයත් වූ විතක්ක හා විචාර යයි ගැණෙන වචීසංස්කාරයන්ට වඩාත් ම සම්බන්ධ වේ.

මෙසේ තමාගේ සිත කෙරෙහි හෝ අනුන්ගේ සිත කෙරෙහි හෝ තමන්ගේ හා අනුන්ගේ සිත කෙරෙහි හෝ සිත අනුව බලමින් වාසය කරයි. සිත්වල උපත්පත්ති ක්‍රමය ද, විනාශවීම ක්‍රමය ද, කලෙක උත්පත්තිය ද කලෙක විනාශය ද දකී. සිත පමණක් ඇත්තේ ය. (සත්ව පුද්ගල කෙනෙක් නැත්තේය.) යන සිහිය හොඳින් පිහිටුවන ලද්දී ය. ඒ සිහිය ඥානයාගේ වැඩීම පිණිස ද, සිහිය වැඩීම පිණිස ද, පවති. ඒ යෝගාවචරතෙම මේ ලෝකයේ කිසිවක් මමය මගේයයි ආත්ම වශයෙන් මුළාව නොගනි යි. මෙසේ ද සිත කෙරෙහි සිත අනුව බලමින් වාසය කරයි.

ධම්මානුපස්සනාව

යෝගාවචරතෙම ධර්මයන් කෙරෙහි ධර්මයන් අනුව බලමින් කෙසේ වාසය කරයිද? මේ ශාසනයේ යෝගාවචර තෙම පංච නීවරණ ධර්මයන් කෙරෙහි ධර්මයන් අනුව බලමින් වාසය කරයි.

නීවරණ පස

තමා කෙරෙහි ඇත්තා වූ කාමච්ඡන්දය, ''මා තුළ කාමච්ඡන්දය ඇතැ''යි දනි යි. තමා කෙරෙහි ඇත්තා වූ ව්‍යාපාදය, ''මා තුළ ව්‍යාපාදය

ඇතැ''යි දනි යි. තමා තුළ ඇත්තා වූ ථිනමිද්ධය ''මා තුළ ථිනමිද්ධය ඇතැ''යි දනි යි. තමා තුළ ඇත්තා වූ උද්ධච්ඡය, කුක්කුච්චය ''මා තුළ උද්ච්ඡය, කුක්කුච්චය ඇතැ''යි දනි යි. තමා කෙරෙහි ඇත්තා වූ විචිකිච්ඡාව, ''මා තුළ විචිකිච්ඡාව ඇතැ'' යි දනි යි. මේ නීවරණ ඔහු තුළ නැතිවිට මේ නීවරණ මා තුළ නැතැයි දනි යි.

ඒ ධර්මයන්ගේ උත්පත්ති ක්‍රමය ද උපන් නීවරණ ධර්මයන්ගේ මැඩ පවත්වනා ක්‍රම ද, එම නීවරණ ධර්මයන් නැවත නූපදින්නේ කෙසේ ද යන්න ද හෙතෙම දකී.

උදාහරණයක් වශයෙන් කාමාශාව, ප්‍රිය මනාප දේ පිළිබඳ නුනුවණින් කල්පනා කිරීමෙන් ඇතිවන්නකි. පහත සඳහන් ක්‍රම සය මඟින් එය මැඩපැවැත්විය හැකි ය. 1. කලකිරීම ඇතිකරවන අදහසක් මත සිත පිහිටුවීම. 2. කයෙහි ඇති පිළිකුල් ස්වභාවය ගැන සිතීම. 3. ඉන්ද්‍රියයන් සය සංවර කර ගැනීම 4. ගතයුතු පමණ දැන ආහාර ගැනීම 5. පණ්ඩිතයන් හා සත්පුරුෂයන් සමඟ මිත්‍රත්වය 6. නිවැරදි අනුශාසනා යන මේවාය. ආනාගාමීත්වයට පැමිණීමෙන් ඔහුගේ කාමාශාව හා ක්‍රෝධය සදහට ම නැති වී යයි. රහත්භාවයට පත්වීමෙන් නැති වී යයි. නොසන්සුන් බව හෝ උද්ධච්චය නැති වී යයි.

පඤ්චස්කන්ධය

යෝගාවචරතෙම පඤ්චවිධ උපාදානස්කන්ධ ධර්මයන් කෙරෙහි ධර්මය අනුව බලමින් (ධම්මානුපස්සනා කර්මස්ථාන මෙනෙහි කරමින්) වාසය කරයි. ඔහු මේ රූපයයි. මේ රූපයාගේ පහළ වීමේ හේතුවයි. මේ රූපයාගේ විනාශයයි ද, මේ වේදනාවයි. මේ වේදනාවගේ පහළ වීමේ හේතුවයි. මේ වේදනාවගේ විනාශයයි ද, මේ සංඥාවයි, මේ සංඥාවගේ පහළ වීමේ හේතුවයි, මේ සංඥාවගේ විනාශයයි ද, මේ සංස්කාරය යි. මේ සංස්කාරයාගේ පහළ වීමේ හේතුවයි. මේ සංස්කාරයාගේ විනාශය යයි ද, මේ විඤ්ඤාණයයි, මේ විඤ්ඤාණයාගේ පහළ වීමේ හේතුවයි,

මේ විඤ්ඤාණයාගේ විනාශය යයි ද, මෙසේ තමා තුළ වූ ධර්මයන් කෙරෙහි ධර්මයන් අනුව බලමින් වාසය කරයි.

ආයතන

තව ද යෝගාවචරතෙම තමන් තුළ වූ ද, පිටත වූ ද, සයාකාර ආයතන ධර්මයන් කෙරෙහි ඒ ඒ ධර්මයන් අනුව බලමින් වාසය කරයි. ඒ යෝගාවචරතෙම ඇස ද, රූපයන් ද (යථා ස්වභාවයෙන්) දනි යි. කණ ද ශබ්ද ද දනි යි. නාසය ද ගන්ධයන් ද දනි යි. දිව ද රසයන් ද දනි යි. කය ද ස්පර්ශය ද දනි යි. සිත ද ධර්මයන් ද දනි යි. නාසය ද ගන්ධයන් ද දනි යි. ඒ දෙදෙනාගේ එක්වීම හේතුකොට ගෙන යම් සංයෝජනයක් උපදී ද එය ද දනි යි. උපන් සංයෝජනයාගේ දුරුකිරීමක් වේ ද එය ද දනි යි. දුරුකළ සංයෝජනයාගේ නැවත ඉපදීමක් නොවන්නේ ද එය ද දනි යි.

සත්තබොජ්ඣංග

තව ද යෝගාවචරතෙම බොජ්ඣංග ධර්මයන් කෙරෙහි එම ධර්මයන් අනුව බලමින් වාසය කරයි. ඔහු තමා තුළ ඇත්තා වූ සති, ධම්මවිචය, වීර්යය, ප්‍රීති, පස්සද්ධි, සමාධි, උපේක්ෂා යන සම්බොජ්ඣංග තමා තුළ ඇතිවිට ඇතැයි නැතිවිට නැතැයි දනි යි. යම් සේ ඉපදීමක් වේ ද එය ද දනි යි. යම් සේ විනාශ වීමක් වේද එය ද දනි යි. නූපන් සම්බොජ්ඣංගයන්ගේ ඉපදීමක් වේ ද එය ද දනි යි. උපන් ඒවායේ වැඩීම මෙන් යම් සේ සම්පූර්ණ වීමක් වේ ද එය ද දනි යි.

ආර්ය සත්‍ය සතර

තව ද යෝගාවචරතෙම චතුරාර්ය සත්‍යය ධර්මයන් කෙරෙහි එම ධර්මයන් අනුව බලමින් වාසය කරයි. මේ දුකයයි තත්වූ පරිද්දෙන් දනී මේ දුක ඉපදීමේ හේතුවයයි තත් වූ පරිද්දෙන් දනි යි. මේ දුක් නැති කිරීමය යි තත් වූ පරිද්දෙන් දනි යි. මේ දුක් නැති කිරීමේ මාර්ගයයි තත් වූ පරිද්දෙන් දැනගනි යි.

මෙසේ තමා කෙරෙහි ඇත්තා වූ ධර්මයන් කෙරෙහි ධර්මය අනුව බලමින් වාසය කරයි. අනුන් පිළිබඳ ධර්මයන් කෙරෙහි ධර්මයන් අනුව බලමින් වාසය කරයි. තමන් පිළිබඳ වූ ද අනුන් පිළිබඳ වූ ද, ධර්මයන් කෙරෙහි ධර්මයන් අනුව බලමින් වාසය කරයි. ධර්මයන් උපදින ස්වභාවය හෝ බලමින් වාසය කරයි. විනාශ වන ස්වභාවය හෝ බලමින් වාසය කරයි. ධර්මයන්ගේ ම කලක ඉපදීම හෝ කලක විනාශ වීම හෝ බලමින් වාසය කරයි. ඒ යෝගාවචරයාට ධර්මයන් ඇතැයි යන සිහිය හොඳින් එළඹෙන ලද්දීය. එය ඥානයාගේ වැඩීම පිණිස ද සිහිය වැඩීම පිණිස ද පවති. ඔහු කෙළසුන්ගෙන් දුරුව වාසය කරයි. මෙසේ ද ඒ යෝගා-වචරතෙම ධර්මයන් කෙරෙහි ධර්මයන් අනුව බලමින් වාසය කරයි.

සියලු සත්ත්වයන්ගේ පිරිසිදු වීම පිණිස ද, සෝක කිරීම, වැලපීම යනාදීන්ගේ ඉක්මවීම පිණිස ද, කයෙහි හට ගන්නා දුක් ය. සිතෙහි හට ගන්නා දුක් ය යන මොවුන්ගේ නැසීම පිණිස ද ආර්ය මාර්ගයට පැමිණීම පිණිස ද, නිර්වාණය අවබෝධ කිරීම පිණිස ද මේ සතර සතිපට්ඨාන ධර්මයෝ එකම මාර්ගය වන්නෝ ය.

1. මේ සතර සතිපට්ඨානය මුළු පංචස්කන්ධයට ම සම්බන්ධ වේ. කායානුපස්සනාව (කායිකත්වය කෙරෙහි මෙනෙහි කිරීම) රූපස්කන්ධය හා සම්බන්ධ වේ.

2. වේදනානුපස්සනාව (වේදනා කෙරෙහි මෙනෙහි කිරීම) වේදනාස්කන්ධයට සම්බන්ධ වේ.

3. චිත්තානුපස්සනාව (සිත් කෙරෙහි මෙනෙහි කිරීම) විඥානස්කන්ධය හා සම්බන්ධ වේ.

4. ධම්මානුපස්සනාව (ධර්මයන් කෙරෙහි මෙනෙහි කිරීම) සංඥා සහ සංස්කාරස්කන්ධයන්ට සම්බන්ධ වේ. සතිපට්ඨානය පිළිබඳ වැඩි විස්තර සඳහා සෝම භික්ෂුව විසින් "The way of Mirdfilaess"

යන නමින් පරිවර්තනය කරන ලද සතිපට්ඨාන සූත්‍ර අටුවාව බලන්න. (1949 කොළඹ)

ආනාපාන සතිය මඟින් නිර්වාණය අවබෝධ කිරීම

වඩන ලද්දා වූ පුරුදු කරන ලද්දා වූ ආනාපාන සතිය සතර සතිපට්ඨානය සම්පූර්ණ කරයි. වඩන ලද්දා වූ, පුරුදු කරන ලද්දා වූ සතර සතිපට්ඨානයෝ සප්ත සම්බොජ්ඣංගයන් සම්පූර්ණ කරති. වඩන ලද්දා වූ, පුරුදු කරන ලද්දා වූ සප්ත සම්බොජ්ඣංගයෝ විද්‍යා විමුක්තිය සම්පූර්ණ කරති. කෙසේ වඩන ලද්දා වූ කෙසේ පුරුදු කරන ලද්දා වූ ආනාපානසති භාවනාව සතර සතිපට්ඨානය සම්පූර්ණ කරයි ද, යෝගා-වචර තෙමේ (1) සිහියෙන් යුක්තව දිර්ඝව ආශ්වාස කරන්නේ ද ප්‍රශ්වාස කරන්නේ ද, (2) ලුහුඬුව ආශ්වාස කරන්නේ ද ප්‍රශ්වාස කරන්නේ ද (3) සියලු (හුස්ම) කය පැහැදිලිව ගනිමින් හුස්ම ගන්නේ මැයි පුරුදු කරන්නේ ද සියලු (හුස්ම) කය පැහැදිලිව තබමින් හුස්ම පිටකරන්නෙමි.'' යි පුරුදු කරන්නේ ද (4) මේ කාය සංස්කාරය සංසිඳුවමින් හුස්ම ගන්නේ මැයි පුරුදු කරන්නේ ද මේ කාය සංස්කාරය සංසිඳුවමින් හුස්ම පිටකරන්නේමි'යි පුරුදු කරන්නේ ද මෙසේ පුරුදු කරමින් හික්මෙයි ද?

එකල කය අනුව බලන්නා වූ ද, කෙලෙස් තවන විර්ය ඇත්තාවූ ද, විමසන නුවණ ඇත්තා වූ ද, යෝගාවචර තෙම පංචස්කන්ධය නැමති ලෝකයෙහි දැඩි ලෝභය සහ දොම්නස ද දුරුකොට වාසය කරයි. මහණෙනි, මම මේ ආශ්වාස ප්‍රශ්වාසය කාය කොට්ඨාසයන් අතුරෙන් එක්තරා කාය කොට්ඨාසයකැයි කියමි. යම් කලෙක යෝගාවචර තෙම (1) ප්‍රීතිය දැනගනිමින් (2) සැපය දැන ගනිමින් (3) චිත්ත සංස්කාරය දැනගනිමින් (4) චිත්ත සංස්කාරය සංසිඳුවමින් ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස කරන්නෙමි යි පුරුදු කරයි. එකළ වේදනාවන්හි වේදනාව අනුව බලන්නා වූ ද කෙලෙස් නවන වීර්ය ඇත්තා වූ ද නුවණ ඇත්තා වූ ද සිහිය ඇත්තා වූ යෝගාවචරතෙම පංචස්කන්ධය නැමති ලෝකයෙහි දැඩි ලෝභය දොම්නස ද, දුරු කොට වාසය කරයි.

යම් ආශ්වාස ප්‍රශ්වාසයක් මනා කොට මෙනෙහි කිරීමක් වේ ද, මම ඒ වේදනාව අතුරෙන් එක්තරා වේදනාවකැයි කියමි.

යම් කලෙක යෝගාවචරතෙම (1) සිත දැන ගනිමින් (2) සිත සතුටු කරමින් (3) සිත කෙලෙසුන් කෙරෙන් මුදවමින් ආශ්වාස කරන්නෙමියි පුරුදු කරයි ද, ප්‍රශ්වාස කරන්නෙමි යි පුරුදු කරයි ද, හික්මෙයි ද එකල සිතෙහි සිත අනුව බලන්නා වූ ද, කෙළෙස් තවන වීර්ය ඇත්තා වූ ද, නුවණ ඇත්තා වූ ද, සිහි ඇත්තා වූ ද යෝගාවචර තෙමේ පංචස්කන්ධ නැමැති ලෝකයෙහි දැඩි ලෝභය සහ දොම්නස දුරුකොට වාසය කරයි.

මහණෙනි : මම සිහි මුළා වූ, නුවණ නැත්තාහට ආනාපානසති භාවනාව නොකියමි.

යම් කලෙක යෝගාවචරතෙම (1) අනිත්‍යය (2) නොඇලීම (3) නිරෝධය (4) අතහැර දැමීම නැවත නැවත දකිමින් ආශ්වාස කරන්නමෙයි හික්මෙයි ද, නැවත නැවත දකිමින් ප්‍රශ්වාස කරන්නෙමි යි හික්මෙයි ද එකල ධර්මයන්හි ධර්මය අනුව බලන්නා වූ ද කෙලෙස් තවන වීර්ය ඇත්තා වූ ද නුවණ ඇත්තා වූ ද සිහි ඇත්තා වූ යෝගාවචරතෙම පංචස්කන්ධ නැමති ලෝකයෙහි දැඩි ලෝභය සහ දොම්නස දුරුකොට වාසය කරයි. හෙතෙම දැඩි ලෝභයෙහි සහ දොම්නසෙහි යම් ඒ පහ කිරීමක් වේ ද, එය නුවණින් දැක උපෙක්ෂාවෙන් වාසය කරයි. මෙසේ පුරුදු කරන ලද්දා වූ ද වඩනා ලද්දා වූ ද ආනාපන සතිය වනාහි සතර සතිපට්ඨානයෙන් සම්පූර්ණ කරයි.

මෙසේ පුරුදු, කරන ලද්දා වූ, වඩන ලද්දා වූ, සතර සතිපට්ඨානයෝ කෙසේ සප්ත බොජ්ඣංගයන් සම්පූර්ණ කෙරෙද් ද, (1) යම් කලෙක යෝගාවචරතෙමේ කයෙහි කය අනුව බලමින්, වේදනාවන්හි වේදනාව අනුව බලමින් සිතෙහි සිත අනුව බලමින්, ධර්මයන්හි ධර්මය අනුව බලමින් කෙළෙස් තවන වීර්ය ඇත්තේ නුවණ ඇත්තේ, සිහිය ඇත්තේ පංචස්කන්ධ නැමති ලෝකයෙහි දැඩි ලෝභය, සහ දොම්නස, දුරුකොට වාසය කරයිද, එකල ඔහුට මුළා නොවූ සිහිය ඇත්තේ වේ.

යම් කලෙක යෝගාවචරයා හට මුලා නොවූ එළඹ සිටි සිහි ඇත්තේ වේ ද, එකල්හි සති සම්බොජ්ඣංගය පටන් ගන්නා ලද්දේ වේ. පටන් ගන්නා ලද්දේ එය වඩයි. එය සම්පූර්ණ වීමට පැමිණෙයි.

යම් කලෙක එසේ සිහියෙන් වාසය කරන්නා වූ යෝගාවචරතෙම ඒ ධර්මය සොයයි ද, පරීක්ෂා කරයි ද, විමසීමට පැමිණේ ද, එකල්හි ඒ යෝගාවචරයා විසින් ධම්මවිචය, සම්බොජ්ඣංගය පටන් ගන්නා ලද්දේ වේ. පටන්ගන්නා ලද්දේ වඩයි. එකල ඔහුගේ ධම්මවිචය සම්බොජ්ඣංග භාවනාව සම්පූර්ණ බවට පැමිණෙයි.

ඒ ධර්මය නුවණින් සොයන්නා වූ ද, පරීක්ෂා කරන්නා වූ ද, විමසීමට පැමිණෙන්නා වූ ද, ඒ යෝගාවචරයාගේ නොපසුබස්නා වීර්යය, පටන් ගන්නා ලද්දේ වේ ද, එකල ඒ යෝගාවචරයා විසින් විරිය සම්බොජ්ඣංගය පටන් ගන්නා ලද්දේ වෙයි. එකල්හි හෙතෙම එය වඩයි. එය සම්පූර්ණ බවට පැමිණේ.

යම් කලෙක පටන් ගන්නා ලද වීර්ය ඇත්තා හට නිරාමිස ප්‍රීතිය උපදීද, එකල්හි එම යෝගාවචරයා විසින් පීති සම්බොජ්ඣංගය පටන් ගන්නා ලද්දේ වෙයි. හෙතෙම එය වඩයි. එය සම්පූර්ණ බවට පැමිණෙයි. ප්‍රිති සිත ඇත්තහුගේ කය ද සංසිඳේ. සිත ද සංසිඳේ. එකල්හි ඔහු විසින් පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣංගය පටන් ගන්නා ලද්දේ වෙයි. එකල හෙතෙම එය වඩයි. එය සම්පූර්ණ බවට පැමිණෙයි.

යම් කලෙක සංසිඳුණා වූ කය ඇති යෝගාවචරයාගේ සිත එකඟ වේද? එකල සමාධි සම්බොජ්ඣංගය පටන් ගන්නා ලද්දේ වෙයි. හෙතම එය වඩයි. එය සම්පූර්ණ බවට පැමිණෙයි. යම් කලෙක එකඟ වූ සිත් ඇති මහණ තෙමේ මනාකොට මධ්‍යස්ථ වූයේ ද එකල උපෙක්ෂා සම්බොජ්ඣංගය පටන් ගන්නා ලද්දේ වෙයි. එය වඩයි. එය සම්පූර්ණ බවට පැමිණේ.

මෙසේ පුරුදු කරන ලද්දා වූ වඩන ලද්දා වූ සතර සතිපට්ඨානයෝ සප්ත බොජ්ඣංගයන් සම්පූර්ණ කරති. කෙසේ පුරුදු කරන ලද කෙසේ වඩන ලද සප්ත බොජ්ඣංගයෝ විජ්ජා විමුක්තිය සම්පූර්ණ කෙරේද්ද? මේ ශාසනයේ යෝගාවචර තෙමේ විවේකය ඇසුරු කළා වූ, නොඇලීම ඇසුරු කළා වූ නිරෝධය ඇසුරු කළා වූ, නිවනට නැමුනා වූ, සප්තසම්බෝජඣංගයන් වඩයි. මෙසේ වඩන ලද මෙසේ පුරුදු කරන ලද සප්ත සම්බෝජ්ඣංගයෝ විජ්ජා විමුක්තිය සම්පූර්ණ කරත්.

යම් සේ ඇතුන් දමනය කරන්නෙක් මහත් කණුවක් පොළොවේ සිටුවා වල් ඇතුන්ගේ ස්වභාවය මැඩීම පිණිස, ගති මැඩීම පිණිස, ගමෙහි ඇලීම පිණිස, මනුෂ්‍යයන් කැමති කරවන ස්වභාවයන්හි පිහිටුවීම පිණිස වල් ඇතාගේ බෙල්ලෙන් බඳීද එපරිද්දෙන් ම මේ සතර සති පට්ඨානයෝ ගිහි ගෙය ඇසුරු කොට පවත්නා ස්වභාවයන් මැඩීම පිණිස, ගිහිගෙය ඇසුරු කළ වචන අදහස් මැඩීම පිණිස, ගිහිගෙය ඇසුරු කළ දාහ, ක්ලාන්ත, දූවිලි මැඩීම පිණිස, සත්‍ය මාර්ගයට පැමිණීම පිණිස, නිවන් අවබෝධ කිරීම පිණිස ආර්ය ශ්‍රාවකයාගේ සිත බැඳ තබන්නා වූ අරමුණු වෙත්.

අටවැනි පියවර

සම්‍යක් සමාධිය

සම්මා සමාධිය යනු කවරේද?

සිතෙහි යම් එකඟ බවක් වේද ඒ සමාධියයි.

සම්‍යක් පුළුල් තේරුමෙන් ගත් කල සම්මා සමාධිය වනාහි සෑම කුසල චිත්තයක් ම පහළ වන සිතෙහි එකඟ බවක් හෙයින් යටත් පිරිසෙයින් සම්‍යක් සංකල්පනාව (2 වන පියවර) සම්‍යක් ව්‍යායාමය (6 වන පියවර) සම්‍යක් සමාධිය (7 වන පියවර) යන මේවා සමඟ සම්බන්ධ

ව පවතී. මිච්ඡා සමාධිය අකුසල චිත්ත තුළ පමණක් පහල වන හෙයින් එය කාමාවචර සිතෙහි පමණක් මිස ඊට වඩා උසස් සිතක ඇතිවිය හැකි නොවේ. සූත්‍රයෙහි සමාධිය යන පදය තනිව යෙදී තිබෙන සෑම තැනකම සම්මා සමාධිය පිළිබඳව ම යෙදී ඇත.

එහි නිමිත්ත

සතර සතිපට්ඨානය (7 වන පියවර) සමාධි නිමිත්තයෝ ය.

එහි පරිවාර

සම්‍යක් ප්‍රධාන වීර්‍ය සතර සමාධි පිරිවරය.

එහි භාවනාව

මේ ධර්මයන්ගේම යම් සේවනය කිරීමක් වැඩිවීමක්, බහුල කිරීමක් ඇද්ද එය සමාධි භාවනාවයි.(වැඩීමයි)

වැඩුණු ප්‍රමාණය අනුව සම්‍යක් සමාධියට තත්ත්ව දෙකකි. එනම් (1) ප්‍රථම ධ්‍යානයට නොපැමිණි ඊට ආසන්න වන උපචාර සමාධිය හා (2) ධ්‍යාන සතරෙහි දී පහළ වන අප්පනා සමාධියයි. මේ ධ්‍යාන වනාහි පංචේන්ද්‍රියන්ට අයත් ක්‍රියාකාරිත්වයෙන් ඔබ්බෙහි වූ ද, හුදෙක් හුදකලා වාසයේදී පැමිණිය හැකි වුවද අඛණ්ඩවම භාවිත කරන ලද උට්ඨාන වීර්යෙන්ම පැමිණිය හැකි වුව ද, මානසික තත්ත්ව සතරකි. මේ තත්ත්වයන්හිදි පංචෙන්ද්‍රයන්ගේ සියලු ක්‍රියාකාරිත්වයම අත්හිට වේ. එවැනි අවස්ථාවක දි දෘශ්‍ය ශ්‍රව්‍ය වේදයිත පහළ නොවේ. කායික වේදයිතයන් නොදැනේ. එහෙත්, සියලු බාහිර වේදයිතයන් නැවතුණද සිත එසේ ම ක්‍රියාකාරිව පරික්ෂාකාරිව සම්පූර්ණයෙන් ප්‍රබුද්ධව පවතී.

මේ ධ්‍යානයන්ට පැමිණීම ලෝකෝත්තර මාර්ග සතර අවබෝධ කර ගැනීම සඳහා අවශ්‍ය වූවක් නොවේ. එහෙයින් උපචාර සමාධියට හෝ

අප්පනා සමාධියට ලෝකෝත්තර මාර්ග සතරට යමෙකුට සම්ප්‍රාප්තියක් ලබාදෙන ශක්තියක් ද නොමැත. එහෙයින් ඇත්ත වශයෙන් ම ඒවාට කෙනෙකු පාප ධර්මයන්ගෙන් සදාකාලිකව මුදන්ට බලයක් නැත. යමෙකුට ලෝකෝත්තර මාර්ග සතර ලබාගත හැක්කේ සකල සංසාර ප්‍රවෘත්තිය පිළිබඳව අනිත්‍ය, දුකඛ, අනාත්ම යන ත්‍රිලක්‍ෂණයන් කෙරෙහි ගැඹුරුවූ විපස්සනා පහළ වන ක්‍ෂණයහි ද පමණ ය. තව ද, මේ විපස්සනාව ලැබිය හැක්කේ උපචාර සමාධියේ දි මිස අප්පනා සමාධියේ දී නොවේ.

කිසිකලෙක ධ්‍යානයක් නොලබා යට කී ලෝකෝත්තර මාර්ග සතරෙන් කුමක් හෝ අවබෝධ කරගත් තැනැත්තාට සුක්ක විපස්සක හෝ ශුද්ධවිපස්සනායානික එනම් විපස්සනාව පමණක් ස්වකීය යානය වශයෙන් යොදාගත් තැනැත්තා යන නම යෙදේ. කෙසේ වුව ද ධ්‍යාන ලාභයෙන් පසුව ලෝකෝත්තර මාර්ග සතරෙන් එකකට හෝ ළඟාවූ පුද්ගලයාට සමථයානික එනම් සමථය හෙවත් සන්සුන් බව ස්වකීය යානය වශයෙන් යොදාගත් තැනැත්තා යන නම යෙදේ. සමථ හා විපස්සනා සඳහා Fund iii, B diet. බලන්න.

ධ්‍යාන සතර

මේ සාසනයෙහි යොගාවචරතෙම පඤ්චකාම ගුණයන්ගෙන් වෙන්වම අකුසල ධර්මයන්ගෙන් දුරුව විතර්ක සහිතවූ විචාර සහිත වු විවෙක හේතුවෙන් හටගත් ප්‍රීතිය හා සැප ඇත්තා වූ පළමුවන ධ්‍යානයට පැමිණ වාසය කෙරෙයි.

> මේ වනාහි රූපාවචර ධ්‍යානයන්ගෙන් පළමු වැන්න ය. සමාධි බලයෙන් පංචෙන්ද්‍රියන්ගේ ක්‍රියාකාරීත්වය තාවකාලිකව මැඩ පැවැත්වෙන විට ද එමෙන් ම පංචනීවරණ ධර්මයන් තුරන් කළ විට ද එය ලැබේ.

ප්‍රථම ධ්‍යානය අංග පසකින් දුරු ය. අංග පසකින් යුක්ත ය. මේ සාසනයෙහි ප්‍රථම ධ්‍යානයට සමවැදුනා වූ යෝගාවචරයාගේ කාමච්ඡන්දය, ව්‍යාපදය, ථිනමිද්ධය, උද්ධච්ච කුක්කුච්චය, විචිකිච්ඡාව යන නීවරණ පස

නැති වූයේ වෙයි. විතර්කය ද, විචාරය ද, ප්‍රීතිය ද, සැපය ද, සිත එකඟ බව ද (චිත්තඒකාග්‍රතාවය ද) පවතියි.

ප්‍රථමධ්‍යානයේ දී පහළ වන මේ චෛතසික අංග පහ ඣානංග යනුවෙන් හැඳින්වේ. විතර්කය සිතිවිල්ලක මූලික අවස්ථාව සහ විචාර (හාත්පස කරුණු විමසමින් මූලික අවස්ථාව) සහ විචාර (හාත්පස කරුණු විමසමින් කල්පනා කිරිම) යන මේවා සිත පිළිබඳ වූ වාචසික ක්‍රියාවන් (වචී සංඛාර) නමින් හැඳින් වේ. එහෙයින් ඒවා විඥානය හා සසඳන විට අප්‍රධාන ස්ථානයක වැටේ. විශුද්ධි මාර්ගයෙහි "විතර්ක" යන්න භාජනයක් අල්වා ගැනීමට උපමා කරන අතර විචාර යන්න එය පිස දැමීම හා උපමා කොට ඇත. ප්‍රථම ධ්‍යානයේ දී මේ දෙකම ඉතා දුර්ලව පවතින අතර ඊළඟ ධ්‍යානයන්හි දි සම්පූර්ණයෙන් ම අතුරුදන් වේ.

විතර්ක විචාර දෙදෙනාගේ සන්සිඳීමෙන් තමා තුළ සිත පැහැදීම කරන්නා වූ චිත්තයාගේ එකඟබවක් වූ, විතර්ක රහිත වූ විචාර රහිත වූ සමාධියෙන් උපන් ප්‍රීති සැප ඇත්තාවු දෙවෙනි ධ්‍යානයට පැමිණ වාසය කරයි.

ද්විතීය ධ්‍යානයට ඣානාංග තුනක් ඇත. ප්‍රීති, සුඛ, සමාධි වශයෙනි.

තව ද ප්‍රීතියේ නො ඇලීමෙන් පසු සිහියෙන් යුක්ත ව, නුවණින් යුක්ත ව උපේක්ෂාවෙන් වාසය කරයි. උපේක්ෂාවෙන් හා සිහියෙන් යුත් යමෙක් සැප විහරණ ඇත්තෙකැයි නිසා ආර්යයන් වහන්සේලා කියද්දි ඒ සැප හෙතෙම කයෙන් විඳී. මෙසේ තුන්වෙනි ධ්‍යානයට පැමිණ වාසය කරයි.

තෘතීය ධ්‍යානයේ ඣානාංග දෙකක් ඇත. උපේක්ෂා සුඛය (උපේඛා සුඛ) සහ චිත්තඒකාග්‍රතාව යනුයි. (චිත්තඒකාග්‍රතාව) තවද සැප පහ

කිරීමෙන් ද දුක පහ කිරීමෙන් ද පසු පූර්වයෙහි ම සොම්නස් දොම්නස් දෙදෙනාගේ නැතිවීමෙන් දුක්ද නොවූ සැපද නොවූ තත්ත්වයක්වූ ද උපේක්ෂාවෙන් හා සිහියෙන් පිරිසිදුවූ ද සතරවන ධ්‍යානයට පැමිණ වාසය කරයි.

සතරවන ධ්‍යානයේ ඣානාංග දෙකක් ඇත. චිත්තඒකාග්‍රතාව සහ උපේක්ෂාව යනුයි.

විශුද්ධි මාර්ගයේ කර්මස්ථාන සතළිසක් විස්තර කොට දක්වා ඇත. ඒවා සාර්ථක ලෙස ප්‍රගුණ කිරීමෙන් පහත දැක්වෙන ධ්‍යානයන්ට පැමිණිය හැකි ය. සියලුම සතර වැදෑරුම් ධ්‍යාන ආනාපාන සතිය (විශුද්ධි මාර්යෙහි viii 3) හා දස කසින භාවනා (විශුද්ධි මාර්ග යෙහි iv v සහ B diet.) හා සිවුවෙනි බ්‍රහ්ම විහාරයවන උපේක්ෂාව මෙනෙහි කිරීම මගින් (වි.ම. 1 x 4) පළමුවෙනි ධ්‍යාන තුන මෙත්තා, කරුණා, මුදිතා යන පළමු බ්‍රහ්ම විහාර තුන ප්‍රගුණ කිරිම මගිනි. (වි.ම 1 x 1.8)

ප්‍රථමධ්‍යානය දස අසුභ භාවනා මගින් අසුභ භාවනා එනම් වි.ම vi හි විස්තරයට අනුව මේවා දහයකි හා කය පිළිබඳ (එනම් ශරීරයේ දෙතිස් කොටස් වි.ම. viii 2) මෙනෙහි කිරීම මගින් ය.

උපචාර සමාධිය බුද්ධ, ධම්ම, සංඝ අනුස්සතිය සහ ශීලය, දානය, ස්වර්ගය, නිර්වාණය, හා මරණය පිළිබඳ අනුසසතිය මගින් ද (වි. ම. vi, vii) ආහාරයෙහි ඇති පිළිකුල් ස්වභාවය මෙනෙහි කිරීම මගින් ද (වි. ම. ix, 1) සතර මහා භූතයන් විග්‍රහ කිරීම මගින් ද (වි. ම. ix, 2) යනුයි.

චතුර්ථධ්‍යාන පදස්ථාන කොට ඇති අරූපධ්‍යාන සතර ආකාසානඤ්චායතනය, විඤ්ඤාණඤ්චායතනය, ආකිඤ්චඤ්ඤායතනය, නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනය යනුයි. එම ධ්‍යාන නම්වලට මුල් වූ ධ්‍යාන විෂයන් ය. සමාධි සහ භාවනා පිළිබඳ සම්පූර්ණ විෂය වි.ම, 8ය කොටසෙහි විස්තර වී ඇත. Fund iv බලන්න.

1. " මහණෙනි " සමාධිය වඩව්. වඩන ලද සමාධිය ඇති භික්ෂු තෙමේ තත්වූ පරිද්දෙන් දනි යි. තත් වූ පරිද්දෙන් කුමක් දනියි ද? රූපයාගේ හට ගැනීම ද විනාශය ද, වේදනාවගේ හට ගැනීම ද විනාශය ද සංඥාවගේ හට ගැනීම ද විනාශය ද සංස්කාරයන්ගේ හට ගැනීම ද විනාශය ද, විඥානයාගේ හට ගැනීම ද විනාශයද දනී.

2. මේ පංච උපාධානස්කන්ධයෝ විශේෂඥානයෙන් දැන පිරිසිඳුව දත යුත්තාහු ය. අවිද්‍යාවත් භව තෘෂ්ණාවත් විශේෂඥානයෙන් දැන පහ කළ යුත්තාහු ය. සමථයත්, විදර්ශනාවත් යන මේ ධර්මයෝ දෙදෙන විශේෂඥානයෙන් දැන වැඩිය යුත්තාහු ය.

3. මේ වනාහි තථාගතයන් වහන්සේ විසින් අවබෝධ කරන ලද්දා වූ ද ප්‍රඥා චක්ෂුසය ඇති කරන්නා වූ ද ඥානය ඇති කරන්නා වූ ද කෙලෙසුන්ගේ සන් සිඳීම පිණිස ද , චතුරාර්ය සත්‍යය දැනීම පිණිස ද චතුරාර්ය සත්‍යය අවබෝධ පිණිස නිවන් පිණිස පවතින්නා වූ මධ්‍යම ප්‍රතිපදාවයි.

4. මේ මාර්ගයට පිළිගන්නා වූ ද මේ මාර්ගයෙහි ගමන් කරන්නාවූද, තොපි ඒකාන්තයෙන් දුක් කෙළවර කරන්නාහු ය.

ශ්‍රාවකයාගේ දියුණුවට යාම සමගම අෂ්ටාංගික මාර්ගය ක්‍රමයෙන් සම්පූර්ණ කරගැනීම.

ශ්‍රද්ධාව හා සම්‍යක් කල්පනාව

(දෙවෙනි පියවර)

යම්සේ ඒ ධර්මය ගෘහපතියෙක් හෝ ගෘහපතිපුත්‍රයෙක් හෝ එක්තරා කුලයක උපන්නෙක් හෝ අසයිද ඔහු ඒ ධර්මය අසා තථාගතයන් වහන්සේ කෙරෙහි ශ්‍රද්ධාව ඇති කර ගනී. ඔහු ඒ ශ්‍රද්ධාවෙන් යුක්ත වූයේ මෙසේ සිතයි. ගිහිගෙයි විසීම් අවහිර සහිතව ය. කෙලෙස් දුවිලි උපදින තැනකි. පැවිදිබිම වනාහි එළිමහන් තැනක් වැනි ය. ගිහිගෙයි වසන්නෙකු විසින් සර්වප්‍රකාරයෙන් ම සම්පූර්ණ වූ මෙම බ්‍රහ්ම චර්යාවෙන්

හැසිරෙන්නට නොහැකි ය. මම කෙස් හා රැවුල කපා දමා සිවුරු හැඳ ගිහිගෙයින් නික්ම නොගිහිගෙයි පැවිදි වන්නෙම් නම් ඉතා යෙහෙක. ඔහු පසු කාලයක ස්වල්ප වූ හෝ බොහෝ වූ හෝ සම්පත් හැරදමා ස්වල්ප වූ හෝ බොහෝ වූ හෝ නෑ පිරිස් හැරදමා කෙස් හා රැවුල කපා දමා සිවුරු හැඳ ගිහිගෙයින් නික්ම නොගිහිගෙයි පැවිදි වන්නේ ය.

ශීලය

(තුන්වෙනි, හතරවෙනි හා පස්වෙනි පියවර)

එසේ පැවිදි වූ හෙතෙම ශ්‍රමණධර්මයන් පුරයි. සතුන් මැරීම දුරුකොට ඉන් සම්පූර්ණයෙන් වෙන් වෙයි. බහා තබන ලද දඬු ඇත්තේ, බහා තබන ලද ආයුධ ඇත්තේ පව් කිරීමෙහි ලැජ්ජා ඇත්තේ, සතුන් කෙරෙහි අනුකම්පා ඇත්තේ සියලු සතුන් කෙරෙහි හිත (අනුකම්පා) ඇතිව වාසය කරයි. තමාට නොදුන් දෙය ගැනීම දුරු කොට තමාට දෙන තෙක් බලාපොරොත්තුව සිතමින් තමාට දුන් දෙයම ගනියි. අවංක වූ පිරිසිදු වූ සිතින් යුක්තව වාසය කරයි. අබ්‍රහ්ම චර්යාව දුරුකොට උතුම් පැවතුම් ඇත්තෝ ස්ත්‍රී පුරුෂ සංසර්ගය නම් වු ග්‍රාම්‍ය ධර්මයෙන් වෙන්වූයේ බ්‍රහ්මචාරී වෙයි. බොරු කීම දුරු කොට ඉන් සම්පූර්ණයෙන් වෙන් වෙයි. සත්‍යයම කියන්නේ, සත්‍යයෙන් සත්‍යයම ගලපන ගති ඇත්තේ විශ්වාස කට හැක්කේ, ඇදහිය යුතු වචන ඇත්තේ ලෝකයා මුලා කරන්නෙක් නොවේ. කේලාම් කීම දුරුකොට ඉන් සම්පූර්ණයෙන් වෙන්වෙයි. මෙතැනින් ඇසූ යමක් භේදයක් ඇති කිරීම පිණිස එතැන නොකියයි. එතැනින් ඇසූ යමක් භේදයක් ඇති කිරීම පිණිස මෙතැන නොකියයි. මෙසේ හෙතෙම භේදවුවන් සමගි කරයි. සමගි වුවන්ගේ සමගියට අනුබල දෙයි. සමඟිය ඔහු පිනවයි. මහත් සොම්නසට හා ප්‍රමෝදයට පත් කරයි. තම වචනවලින් පතුරවන්නේ සමගියමයි. පරුෂ වචනය දුරු කොට ඉන් සම්පූර්ණයෙන් වෙන් වෙයි. යම් වචනයක් දොස් නැති ද, කනට මිහිරි ද, පෙම්වත් ද, සිත සතුටු කරයි ද, තමා ආචාර සම්පන්න බව දක්වයි ද, බොහෝ දෙනාට ප්‍රිය ද, බොහෝ දෙනාගේ හිත් ප්‍රිය කරයි ද එබඳු වචනම කියයි. හිස්වු ප්‍රලාප කථා දුරුකොට ඉන් සම්පූර්ණයෙන් වෙන් වෙයි. සත්‍යයට අනුව කාලයට සුදුසු වචනම කථා

කරයි. ප්‍රයෝජනවත් දෙයක්ම කථා කරයි. ධර්මයෙන් යුක්ත වූ විනයෙන් යුක්ත වු වචන කියයි. සුදුසු කල්හි කරන ලද්දා වූ කරුණු සහිතවූ ද පමණ දන කරන ලද්දාවූ ද ප්‍රයෝජනවත් වූ ද ඔහුගේ කථාව නිධානයක් මෙන් ය.

දවසෙහි එක් වෙලාවක (පෙරවරු පමණක්) ආහාර වළඳයි. විකාලයෙහි ආහාර නොවළඳයි. සවස ආහාර වැළඳීමක් නොකරයි. නැටිම්, ගායනා කිරීම්, වැයීම් විසුළු දැකිම් යන මෙයින් වෙන්වෙයි. මල් ගඳ විලවුන් පැලඳීම, ඉන් සරසා ගැනීම, අලංකාර කර ගැනීම යන මෙයින් වෙන් වෙයි. උස් ආසන මහ ආසන පරිහරණය නොකරයි. රන් රිදී පිළිනොගනියි. අමු ධාන්‍ය වර්ග අමුමස් පිළිනොගනියි. ස්ත්‍රීන්, තරුණියන්, වැඩ කරුවන්, වැඩකාරියන්, එළුවන්, බැටළුවන්, කුකුළන්, ඌරන්, ඇතුන්, ගව දෙනුන්, අශ්වයන් කෙත් වතු පිළිනොගනී. පණිවුඩ නොගෙන යයි. පණිවුඩකරුවෙකු විසින් කළයුතු දේ නොකරති. මිලට ගැනීම හා විකිණීම නොකරයි. කිරන උපකරණයෙන් හොරට කිරීම, රන් නොරන් කිරීම ආදියෙන් හොර කිරීම, මැනීමෙන් හොරට මැනීම, අල්ලස් ගැනීම, අනුන් රැවැටීම, වංචා කිරීම යනාදි වංක වැඩවලින් වෙන්වෙයි. කැපීමය, ගැසීමය, බැඳීමය, සැඟවී සිට වස්ත්‍ර පැහැර ගැනීමය, ගම් නියම් ගම් ආදිය පැහැරීම, බලහත්කාරකම් කිරීම යන මෙයින්ද වෙන්වෙයි.

හෙතෙම කය ආරක්ෂාකර ගැනීමට සිවුරෙන් ද, දිවි රැකුමට උපකාරවන පාත්‍රයෙන් ද සතුටු වෙයි. යම්සේ පක්ෂියෙක් යම් තැනකට පියාඹා යේ නම් ඒ සියලු තැනට පියාපත් දෙක ඇතිව පියාඹයි ද එමෙන්ම, ඔහු යම් යම් තැනකට යේ නම් මේ දෙක (පාත්‍රය හා සිවුර) ඇතිවම යයි. හෙතෙම මේ උතුම් ශිලස්කන්ධයෙන් සමන්විත වුයේ දොස් නැගිය නොහැකි සැපයක් තම සන්තානයෙහි විඳියි.

ඉන්ද්‍රිය සංවරය

(6 වෙනි පියවර)

හෙතෙම ඇසින් රූපයක් දැක, කනින් ශබ්දයක් අසා නාසයෙන් ගඳක් ආඝ්‍රාණය කොට දිවෙන් රසයක් විඳ, කයින් පහසක් ස්පර්ශ කොට, සිතින් ධම්මාරම්මණයක් දැන එම මූල අරමුණෙහි හෝ ඊට ඇතුළත් කිසිවක නොඇලේ. යම් හෙයකින් ඉන්ද්‍රියයන් අසංවරව වාසය කළහොත් ඉන් උපදින දැඩි ලෝභය, දොම්නස යන අකුසල ධර්මයන්ගේ හට ගැනීම වැළැක්වීමට උත්සාහ කරයි. ඒ සඳහා ඉන්ද්‍රියයන් රකියි. සංවරය කරගනියි. හෙතෙම මේ උතුම් ඉන්ද්‍රිය සංවරයන් පුරුදු කිරීමෙන් කෙලෙසුන්ගෙන් කිලුටු නොවූ සැපයක් නම් සන්තානයෙහි විඳියි.

සිහිය සහ පැහැදිලි අවබෝධය

(7 වන පියවර)

හෙතෙම ඉදිරියට යාමෙහි ද ආපසු ඊමේ දි, ඉදිරිපස බැලීමේ හි ද, පිටිපස බැලීමේහි ද, සිරුර හැකිලීමේන් ද, දිගු කිරීමෙහි ද, සඟල සිවුරු සහ පාත්‍රා සිවුරු දැරීමෙහි ද, අනුභව කිරීම ය, පානය කිරීම ය සැපයීම ය. රස විඳීම ය යන මෙහිද, සිහි නුවණින් කරන්නෙක් වෙයි. මළ මූත්‍ර පහ කිරීමෙහි ද, යෑම් සිටීම් හිඳීම්, නින්දට වැටීම් නින්දෙන් පිබිදීම යන මෙහි දී සිහි නුවණින් කරන්නෙක් වෙයි. කථා කිරීම් නිශ්ශබ්ද වීම් යන මෙහි දී සිහි නුවණින් යුක්ත වූවෙක් වෙයි. උතුම් වූ මේ ශීලයෙන් යුක්ත වූ ද, ඉන්ද්‍රියන් සංවරයෙන් යුක්ත වූ ද සිහි නුවණින් යුක්ත වූ ද හෙතෙම කැලයක, ගස් මුලක පර්වතයක කඳු රැලියක, ගල් ගුහාවක, සොහොන් බිමක, කැලෑවෙන් ගහණ උස්තැන්නක, එළි මහනක, හෝ පිදුරු ගොඩක හුදකලා වාසයට තැනක් තෝරාගනියි. හෙතෙම පිණ්ඩපාතේ ගොස් ආපසු ආයේ බතෙන් පසු ශරීරය කෙලින් තබා සිත අරමුණෙහි පිහිටුවා එරමිනියා ගොතා හිඳ ගනියි.

පංචනීවරණයක් නොමැතිබව

හෙතෙම කාමාසාව කාමච්ඡන්දය දුරු කොට සිටි කාමාසාවෙන් තොර ස්කන්ධ ලෝකයෙහි සිතින් වාසය කරයි. සිත කාමාසාවෙන් තොර කොට පිරිසිදු කරයි. හෙතෙම ක්‍රෝධය (ව්‍යාපාදය) දුරුකොට සිටියි. ක්‍රෝධයෙන් තොරවූ සිතෙන් වාසය කරයි. සියලු සතුන් කෙරෙහි හිත අනුකම්පා ඇතිව සිත ක්‍රෝධයෙන් තොර කොට පිරිසිදු කරයි. හෙතෙම කය සිත දෙදෙනාගේ අලසබව (ථිනමිද්ධය) දුරු කොට සිටියි. එම අලස බවෙන් තොරවම වාසය කරයි. ආලෝක සංඥාව ඇත්තේ සිහිය ඇත්තේ යහපත් සිහිනුවණ ඇත්තෙක්ව සිත ථිනමිද්ධයෙන් තොර කොට පිරිසිදු කරයි. නොසන්සුන් බව හා සිත්තැවුල දුරු කොට (උද්ධච්ච කුක්කුච්ච) නොසන්සුන් නොවු සිත් ඇතිව වාසය කරයි. ඇතුළත සන්සුන් සිත් ඇත්තේ සිත නොසන්සුන්බවෙන් හා තැවුලෙන් තොර කොට පිරිසිදු කරයි. සැකය (විචිකිච්ඡාව) දුරු කොට සිටියි. සැකයෙන් තොරව වසන්නේ කුසලධර්මයන්හි සැක නැත්තේ හෙතෙම සිත සැකයෙන් තොර කොට පිරිසිදු කරයි.

ධ්‍යාන

(අටවෙනි පියවර)

ඔහු සිත කිලිටි කරන්නාවූ ප්‍රඥාව දුර්වල කරන්නා වූ මේ පංචනීවරණයන් දුරු කොට ඇත. කාමයන්ගෙන් වෙන්වම අකුසල ධර්මයන්ගෙන් වෙන්වම ධ්‍යාන සතරට පැමිණ වාසය කරයි.

විපස්සනාව

(1 වෙනි පියවර)

1. හෙතෙම එහි රූප ගත වූ වේදනා ගත වූ සංඥා ගත වූ සංස්කාර ගත වූ විඥාන ගත වූ යමක්වේ ද එය ධර්මයන් අනිත්‍ය වශයෙන් ද, දුක් වශයෙන් ද, රෝග වශයෙන් ද, භාණ්ඩ වශයෙන් ද උලක් වශයෙන් ද, දුක්බයක් වශයෙන් ද, බරක් වශයෙන් ද, සතුරෙකු වශයෙන් ද, කරදරයක් වශයෙන් ද, ශූන්‍ය වූවක් වශයෙන් ද, අනාත්මයක් වශයෙන් ද, දකී හෙතෙම ඒ ධර්මවලින් සිත නවත්වා නිර්වාණ ධාතුව

පිණිස බස්වයි. සියලු සංස්කාරයන්ගේ සංසිඳීමක් සියලු උපධීන්ගේ දුරු කිරීමක් වූ, තෘෂ්ණාක්‍ෂය වීමක් වූ, නො ඇල්මක් වූ, නිරුද්ධවීමක් වූ මෙය ඒකාන්තයෙන් ම නිර්වාණය වේ. හෙතෙම මෙහි හිටියේ ආශ්‍රවයන්ගේ ක්‍ෂය කිරීමට පැමිණේ.

නිර්වාණය

2. මෙසේ දන්නා ඔහුගේ සිත කාම ආශ්‍රවයන් කෙරෙන් මිදේ. භව ආශ්‍රවයන් කෙරෙන් මිදේ. අවිද්‍යා ආශ්‍රවයන් කෙරෙන් මිදේ. මිදුණු කල්හි මිදුණේ විය. යන සිත උපදියි. නැවත ඉපදීමක් මට නැති විය. උතුම් හැසිරීමෙන් වසන ලදී. කළයුතු දේ කරන ලදී. මින්පසු මෙලොව අනෙක් කළයුත්තක් නැතැයි දැන ගනියි.

3. මම සදහට ම මිදුණෙමි. මේ මා උපන් අන්තිම වාරයයි. නැවත ඉපදීමක් මට නැත. සියලු දුක් සංසිඳුණාහුය යයි දැනීම . 4. වනාහි උතුම් වූ ආර්ය ප්‍රඥාවයි. යම් රාගය ප්‍රහීණවීමක් වේ ද, ද්වේශය ප්‍රහීණවීමක් වේ ද, මෝහය ප්‍රහීණවීමක් වේද මෙය භාවනා හි උතුම් වූ නිවන යි.

සන්සුන් සිතන්නා

''මම වෙමි.'' යනු හිස් සිතුවිල්ලකි. ''මම නොවෙමි.'' යනු ද හිස් සිතුවිල්ලකි. ''මම වන්නෙමි.'' යනු හිස් සිතුවිල්ලකි. ''මම නොවන්නෙමි.'' යනු ද හිස් සිතුවිල්ලකි හිස් සිතුවිලි වනාහි රෝගයකි, ගණ්ඩයකි, උලකි සියලු හිස් සිතුවිලි මැඩ පැවැත් වූ තැනැත්තා ඒකාන්තයෙන් සන්සුන් සිතන්නෙක් යයි කියනු ලැබේ. එම සිතන්නා එම සන්සුන් පුද්ගලයා තවත් නූපදී තවත් නොමැරේ. තවත් කම්පා නොවෙයි, තවත් ආසා නොකරයි. යමකින් නැවත උපදින්නේ ද එය ඔහුට නොමැති හෙයිනි. නැවත නූපදනා හෙයින් කෙසේ ඔහු නැවත දිරන්නේ ද? නැවත නොදිරන හෙයින් කෙසේ ඔහු නැවත මැරෙයි ද? නැවත නොමැරෙන හෙයින් කෙසේ ඔහු කම්පා වෙයි ද? නැවත කම්පා නොවන හෙයින් කෙසේ ඔහු ආසා කරයි ද?

සත්‍ය අරමුණ

1. මේ ශාසන බ්‍රහ්ම චර්යාව වනාහි ලාභ සත්කාර, කීර්ති ප්‍රශංසා පිණිස නොවේ ශීල සම්පත්තිය පිණිස නොවේ. සමාධි සම්පත්තිය පිණිස නොවේ. ඥාන දර්ශනය පිණිස නොවේ. මේ සිතට ක්ලේශාදියෙන් ස්ථිර මිදීමක් වේ ද මේ ශාසන බ්‍රහ්මචාර්යාව එම මිදීම පිණිස ම වේ.

2. අතීත කාලයෙහි යම් අර්හත් සම්‍යක් සම්බුද්ධ කෙනෙක් වූවා හුද? ඒ භාග්‍යවතුන් ද මේ ආකාරයෙන් ම තමන් වහන්සේලාගේ ශ්‍රාවකයන්ට නිර්වාණය ම අරමුණු කොට ගෙන ඊට මාර්ගය මාගේ ශ්‍රාවකයන්ට මා කියා දුන් සේ කියා දී ඇත. අනාගතයෙහි යම් අර්හත් සම්‍යක් සම්බුද්ධ කෙනෙක් පහළ වන්නාහු ද ඒ භාග්‍යවතුන් ද තමන් වහන්සේලාගේ ශ්‍රාවකයින්ට නිර්වාණය ම අරමුණු කොට ගෙන ඊට මාර්ගය මගේ ශ්‍රාවකයන්ට මා කියාදුන් පරිදි කියා දෙන්නාහුම ය. 3. (මගේ පරිනිර්වාණයෙන් පසු) ''ශාසනයට දූන් ශාස්තෘන් වහන්සේ කෙනෙක් නැත. අනුශාසනය කරන ශාස්තෘන් වහන්සේ කෙනෙක් දූන් අපට නැතැයි යන අදහස තොපට උපදින්නට පුළුවන. නමුත් තොප මෙසේ නොසිතිය යුතු යි. මහණෙනි, මා විසින් යම් ධර්මයක් යම් විනයක් දේශනා කරන ලද ද ඒ ධර්මය සහ විනය මාගේ ඇවෑමෙන් තොපට ශාස්තෘන් වහන්සේ වන්නේ යයි වදාළ සේක. ධර්ම දිවයිනක් (පිහිටක්) කොට වාසය කරව්, ධර්මය පිළිසරණක් කොට වාසය කරව් ! අන්‍ය සරණක් නොසොයව් !'' මහණෙනි, තොපට මා විසින් ම අවබෝධ කොට යම් ධර්මයක් දේශනා කරන ලද ද තොප විසින්, බොහෝ ජනයාගේ හිතසුව පිණිස ද, ලෝකයාගේ සැනසීම පිණිස ද, දෙව් මිනිසුන්ගේ ප්‍රයෝජනය පිණිස ද, හිත සුව පිණිස ද, බොහෝ කලක් ශාසන බ්‍රහ්මචර්යාව පවතින සේ ද එම ධර්මය හොඳින් යථා තත්ත්වයෙන් තබා ගත යුතු යි. එය ම රැකබලාගත යුතු යි.

මෙම ග්‍රන්ථය නොමිලේ බෙදා දීම සඳහා පමණයි. !